

రు. 1.95

మనస్సుపోకడ తెరిగిన వారికి
మనోజ్ఞ జీవనం తేలిక !

మనస్సు-తత్త్వం

ఆంగ్లమూలం :
జి. డి. బొవాజ్

అనువాదం :
ఎస్. చంద్రశేఖరశర్మ



CJ

మనస్సు - తత్త్వం

మనస్సు - తత్త్వం

అంగ్లమూలం: జి. డి. బొవాజ్, M. A., Ph. D.

అనువాదం: యస్. చంద్రశేఖరశర్మ, M. A., M. Ed.



ఆదర్శ గ్రంథమండలి, విజయవాడ.

MANASSU - TATTVAM

(Telugu Version of KNOW YOUR MIND)

Author :

G. D. BOAZ, M. A., Ph. D.

Translator :

S. Chandrasekhara Sarma, M. A., M. Ed.

First Edition : 3000 copies.

December 1963.

Price :Rs. 1-95

Published with the assistance of

The Govt. of India and the Govt. of Andhra Pradesh

under the auspices of

The Southern Languages Book Trust, Madras.

Second Series Telugu : 27.

Published by :

Adarsa Grandha Mandali, Vijayawada-2.

Printed at :

Victory Press, Vijayawada-1.

తొలిపలుకు

ప్రాంతీయభాషలన్నిటిలోనూ ఒక భాషలోని ఉత్తమ రచనలను ఇతరభాషలలోనికి తర్జుమాచేయించుటకు, దక్షిణ భాషలునాల్గింటిలోనూ మంచిపుస్తకములను చౌకగా ప్రచురించుటకూ సంకల్పించి, దక్షిణభాషాపుస్తక సంస్థ కావించుచున్న ప్రశంసనీయమైన కృషికి నేనా సంస్థను అభినందించుచున్నాను. మన భాషలలో చౌకధరలకు దొరకు మంచి పుస్తకములకు ఎంతేని అవసరమున్నది. ఈ అవసరమును ఈ పుస్తక సంస్థ తీర్పగలదని నా నమ్మకము. ఈసంస్థ తలపెట్టిన కార్యకలాపము ఫలప్రదముగా కొనసాగవలెనని నేను ఆశించుచున్నాను.

D. Sanjivayya

ముఖ్యమంత్రి,
ఆంధ్రప్రదేశ ప్రభుత్వము

హైదరాబాదు,
26-9-1960.

ACKNOWLEDGMENT

An Editorial Board consisting of eminent scientists and teachers was constituted for the purpose of guiding the preparation of manuscripts of the books under the science series. We acknowledge with gratitude the very valuable assistance rendered and hearty cooperation extended by the members.

పరిచయము

ఆధునిక మానవుడు విజ్ఞానరంగంలో తన పురోభివృద్ధిని చూసి నిజంగా గర్వపడవచ్చు. ప్రకృతిశక్తులను స్వాధీనపరచుకోవటంలో మానవుడు సాధించిన అఖండ విజయాలనుచూస్తే అతడిబుద్ధిబలానికందనిదేదీ లేదనిపిస్తుంది. ఒకప్పుడు ఇంద్రజాలమనుకున్న విషయాలుకూడ యీరోజు శాస్త్రీయంగా రుజువుచేయబడుతున్నాయి. కానీ అంతరిక్షంలోని రహస్యాలను అవలీలగా కనుక్కుంటూ మానవుడు తననుతానే అర్థంచేసుకోలేక పోతున్నాడు. సృష్ట్యాదినుంచీ మానవస్వభావాన్నిగూర్చి శోధనలు జరుగుతూనే వున్నాయి. తత్వవేత్తలందరూ దీనినిగూర్చి సిద్ధాంతాలు ప్రతిపాదించినవారే. కాని నాటికి నేటికి అది సమస్యగానే వుంది. ఈ సమస్యను పరిష్కరించటమే మనశ్శాస్త్రం లక్ష్యం. ప్రతివ్యక్తి తననుతాను అర్థంచేసుకొనేందుకు సంఘంలో తోటివాళ్ళను అర్థంచేసుకొనేందుకు, యీ శాస్త్రం ఉపకరిస్తుంది. మనశ్శాస్త్రానికి మానవప్రవర్తన యావత్తు శోధనీయాంశమే!

జి. డి. బోవాజ్.

విషయసూచిక

మనస్సు - తత్త్వము

1. మనశ్శాస్త్ర ప్రయోజనం

మానవస్వభావాన్ని అర్థంచేసుకునేందుకు సహాయపడటం ఆధునిక మనశ్శాస్త్రం లక్ష్యం.

మానవవ్యక్తియొక్క స్వభావాన్ని, అభివృద్ధిని అర్థంచేసుకునేందుకు వుపయోగపడుతుంది గనుక ఇదీ ఒక జీవశాస్త్రం. దానిలో సాంఘిక సంబంధ బాంధవ్యాలకు గూడ సమాన ప్రాముఖ్యం ఇవ్వటంచేత ఇది ఒక సాంఘిక శాస్త్రం. మానవుడి ప్రవర్తనకు సంబంధించిన సూత్రాలను శాస్త్రీయదృష్టితో పరిశీలించి మనల్ని మనం అర్థంచేసుకునేందుకు, యితరులను అర్థంచేసుకునేందుకుకూడా ఈ శాస్త్రం తోడ్పడుతుంది. మానవ స్వభావాన్నిగూర్చి మనశ్శాస్త్రంరూపొందించిన సూత్రాలవల్ల వర్తమానంలో మన ప్రవర్తన యితరుల ప్రవర్తన యెలా వుంటాయో తెలుసుకోవటమే కాకుండా దానిని కొంతవరకు స్వాధీనంలో వుంచటానికికూడా వీలుంది. ఈవిధంగా జీవితాన్ని సుఖప్రదం చేయటంలో మనశ్శాస్త్రం తన పాత్ర నిర్వహిస్తుంది.

సాధారణంగా జీవితంలో సుఖం రెండంశాలమీద ఆధారపడివుంటుందని మనందరికీ తెలుసు. అది చాలవరకు మనలో మనం సాధించుకునే సామరస్యంమీద ఆధారపడి వుంటుంది. మన కాంక్షలకు శక్తిసామర్థ్యాలకు ఎక్కువ దూరం వుండకూడదు. మన ఆలోచన ఆకర్షణీయంగా వుండే పగటికలలచేత, వూహాగానాలచేత నిర్దేశింపబడకూడదు.

భావోద్వేగాలు మానసికమగు బిగింపును, సంఘర్షణలను కలుగజేయకూడదు. మనలోవుండే యీ శక్తులన్నిటి మధ్య పొందిక వుంటేగాని మనకు సౌఖ్యం లభించదు. రెండవది మనసౌఖ్యం చుట్టుపట్లవుండే ప్రజలతోనూ,సాంఘికపరిస్థితుల తోనూ చేసుకునే సర్దుబాట్లపై ఆధారపడివుంటుంది. అందు వల్ల మనశ్శాస్త్రం మన విజ్ఞాన తృష్ణను తీర్చటాని కేర్పడిన విషయంమాత్రమే కాదు. అది మానవుని పరిశీలించి, అతడు తన జీవితాన్ని సక్రమంగా మలచుకునేందుకు తోడ్పడే పద్ధతికూడా.

మానవశరీరం:

మానవుడు ఒక క్లిష్టమైన యంత్రం అనవచ్చు. కాని అది చక్కగా సంఘటితమైన ఒక వ్యవస్థలాగా యేకముఖంగా పనిచేస్తుంది. శరీరశాస్త్రము కండరములు, నరములు మొదలగు శారీరక అంశములకు ప్రాధాన్య మీయవచ్చును. అందువలన మనిషిలో రెండు మూర్తులు యిమిడివున్నవని. ఒకటి శరీరము, రెండవది మన స్సని అర్థముకాదు. మనము దేనినైతే మనస్సు అనుకుంటు న్నామో అది, ఉదాత్తమగు మానసిక ప్రవృత్తులు, శారీ రక ప్రవృత్తులనుండి వేరుగా నుండవచ్చును. వీటిలో ఒకటి మనము చూచుటకు తాకుటకు వీలైనది, మూర్తము, భౌతి కము. రెండవది యీ దృష్ట్యా మూర్తము కాదు. అయి నప్పటికీ యీ రెండూ ఒకే అవయవిలోని రెండుభాగాలు. ఇప్పుడు మనకు శరీరాన్ని మనస్సును విడదీసి రెండు ప్రత్యేక

భాగాలుగా చూడకూడదని తెలుసు. ఈ రెండిటికీ సంబంధ మేమిటి? మనస్సుతో నిమిత్తంలేకుండా ఒక వ్యక్తి శరీరాన్నిగూర్చి మనం ఆలోచించలేము. అదేవిధంగా శరీరంతో సంబంధం లేకుండా మనస్సునుగూర్చి తెలుసుకోలేము. కనుక మనశ్శాస్త్రం నేర్చుకునేముందు మనం శరీరము మనస్సు విభజించుటకు వీలుకాని ఒకే అవయవి అని తెలుసుకోవాలి. శరీర భౌతికనిర్మాణం తెలుసుకునే సులువుకోసం నాడీమండలాన్ని, జ్ఞానేంద్రియాలను భౌతికవిషయాలుగా భావించవచ్చు. ఒకవిషయం గుర్తుంచుకోవాలి. అవి చేసేపని యేమిటో తెలుసుకోకుండా యీ అవయవాల నిర్మాణాన్నిగూర్చి తెలుసుకోవటం వ్యర్థం. శరీరముతో, మనస్సుతో ఒక సుసంఘటితమయి, జీవంతో స్పందించే అవయవి, మానవుడు.

శరీర నిర్మాణపుతీరు మనకు తల్లిదండ్రులద్వారా సంక్రమిస్తుంది. ఇలా సంక్రమించిన శరీరనిర్మాణానికి పెరగటానికి, వికసించటానికి సామర్థ్యం వుంది. అయితే ఇలా పెరిగేస్థాయికి హద్దువుంది.

పరిణామ, వికాసాలు:

పరిణామ, వికాసాలు పరిసరాలమీద ఆధారపడి వుంటాయి. పెరిగే బిడ్డకు ఆహారము, రక్షణమాత్రమే కాక ప్రేమ, ఆపేక్షలద్వారా, పెద్దలిచ్చే తర్ఫీదుద్వారా లభించే సాంఘిక ప్రభావం, భావోద్వేగాల తృప్తికూడా అవసరం. మానసిక, సాంఘిక వికాసాలు చాలవరకు పారంపర్యంగా

సంక్రమించిన మెదడునిర్మాణము పైననేకాక, పరిసరాల వలన లభ్యమయే అవకాశాలమీదకూడ ఆధారపడి వుంటాయి. అందువలన వికాసమనేది వంశపారంపర్యం, పరిసరముల పరస్పర సమన్వయ ఫలితమని చెప్పవచ్చు. స్వాభావికంగా వ్యక్తు లిద్దరి కెవరికీ యీ రెండూ ఒకేతీరులోనూ, పరిమాణంలోనూ వుండవు. కవలపిల్లలకు వంశానుక్రమణిక ఒకటే కానీ వాళ్ళను ఒకేయింటిలో వుంచి ఒకేబడికి పంపినప్పటికీ వాళ్ళు పూర్తిగా ఒకేవిధమైన పరిసరాల్లో పెరిగారని చెప్పటం కష్టం. దీర్ఘకాలంమీద ముఖ్యమైన మార్పులను తీసుకునిరాగలిగిన సూక్ష్మమైన భేదాలు, వుండవచ్చు.

బాహ్య పరిసరాలు:

జీవి ముఖ్యలక్షణాలలో ఒకటి పరిసరాలవలన కలిగే మార్పు. ఆ పరిసరాలు భౌతికము కావచ్చు లేకుంటే సాంఘికము కావచ్చు. స్పష్టంగా కనుపించేవి కావచ్చు, బహు సూక్ష్మంగానూ వుండవచ్చు. పరిసరాలు వేడిగావుంటే మనంవ్యవహరించే పద్ధతికి, చల్లగావుంటేవ్యవహరించే పద్ధతికి తేడావుంది. గాలి యెక్కువగా వుంటే రక్షణ యేర్పాటు చేసుకుంటాం. అందమైన బొమ్మను చూస్తే ఆకర్షింపబడతాం. ఈ పైవన్నీ భౌతిక పరిసరాలవలన మనలో కలిగే మార్పులకు ఉదాహరణలు. అలాగే మనం స్నేహితులతో ఒకవిధంగా వ్యవహరిస్తాం. శత్రువులతో వేరొకరకంగా వ్యవహరిస్తాం. స్త్రీలైతే ఒక రకంగా వ్యవహరిస్తాం. పురుషులైతే మరొక రకంగా వ్యవహరిస్తాం. ఇవన్నీ సాంఘిక

పరిసరాలవలన మన మార్పులకు ఉదాహరణలు. అలా సాంఘిక సంప్రదాయాలు, నైతికభావాలు, పాఠశాలలు, కళాశాలలలాంటి సంస్థలు మనలో తదనుగుణసంచలనాలను రేపుతాయి. పరిసరాల ప్రభావానికి సంచరించడం జీవి ముఖ్యలక్షణం. ఈ సంచలనాలన్నిటినీ మానవుడి 'ప్రవర్తన' అంటాం. ప్రవర్తన శరీరంలోని వివిధ అవయవాలద్వారా ప్రకటింపబడినప్పటికీ దానితోపాటు మనస్సు ప్రసక్తి కూడా వుంది.

మానవుడు పరిసరాల ప్రభావానికి లోనవుతాడని పైన చెప్పాం. అదేవిధంగా ప్రాణులన్నీ వ్యవహరిస్తాయి. జీవులన్నిటిలో చాల కనిష్ఠమైనదగు "అమీబా"మీద కూడా భౌతిక ప్రేరణల ప్రభావం ఏదోవిధంగా కనిపిస్తుంది. భౌతికపరిసరాలపట్ల, చాలవరకు సాంఘికపరిసరాలపట్ల గుఱ్ఱాలు, కుక్కలు, పక్షులు యెలా వ్యవహరిస్తాయో మనం చూస్తూనేవుంటాం. ప్రవర్తనతీరులో, మనిషికీ కనిష్ఠజంతువులకూ తేడావుందా? సూక్ష్మంగా పరిశీలిస్తే మనకు ఒక విషయం తెలుస్తుంది. మనిషి కేవలం పరిసరాల ప్రభావంతో పనిచేసే యంత్రం కాదు. అతడు తన కార్యకలాపాలను తానే యేర్పాటుజేసుకొని నిర్వహించుకోగలడు. పరిసరాలతో నిమిత్తంలేకుండా నూతన ప్రవర్తనారీతులను రూపొందించుకొనగలడు. మరోవిధంగా చెప్పాలంటే మనిషి భౌతిక, లేక సాంఘిక పరిసరాల ప్రభావానుగుణంగా ఆడే కీలుబొమ్మ కాదు.

బాహ్యపరిసరాల ప్రభావంమనమీద అనేక ప్రేరకాల

(Stimuli) ద్వారా పడుతుంది. ప్రేరకమంటే బాహ్య వస్తువులనుండి వుత్పన్నమయే ఒక రకమగు భౌతికశక్తి. అది శరీరం బయటినుండి, లోపలినుండికూడా ఉత్పన్నంకావచ్చు. ఈ ప్రేరకాలను గ్రాహక కణములు(Receptor cells) గల జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా మనం పొందుతాం. ఈ గ్రాహక కణాలు వెన్నుపూసలోని వివిధ భాగాలకు లేక మెదడుకు "ఇంద్రియనాడుల" (Sensory nerves) ద్వారా సంధింప బడివుంటాయి. స్థూలంగాచూస్తే మన నాడీమండలంలో మూడు భాగాలున్నాయి. మెదడు, వెన్నుపూస, వివిధ అవయవాలను కలిపే నాడులపుట్ట. ఇంద్రియనాడులకుతోడు మనకు చలననాడులు (Motor nerves) కూడా వున్నాయి. చలననాడులు సమాచారములను మెదడునకు లేక వెన్నుపూసకు, కండరములకు తదితర "దూరాంగముల"కు తీసుకొనిపోయి వాటిలో ఒక విలక్షణమైన ప్రతిస్పందన కలగజేస్తాయి. జ్ఞానేంద్రియాలు లేక గ్రాహకాలు ప్రేరకాలను పరిసరాలనుండి, చలనాంగములనుండిపొంది మనలో ఒక మార్పు, ఒక ప్రతిస్పందనం కలుగజేస్తాయి. ఆ విధంగా పరిసరాల ప్రభావానికి మనం లోనవుతాం.

ఇతరులు సరిగా మీలాగా యెందుకు ఆలోచించరా, ప్రవర్తించరా అని తరచూ మీరు ఆశ్చర్యపడుతూంటారు. ఒకవిషయంలో మీ భావం నిస్సందేహంగా సరైనదని మీరు అనుకుంటున్నపుడు, ఇతరులు మీతో వ్యతిరేకించటం కద్దు. ఒకప్పుడు విషయం మీకు తేటతెల్లంగా వుంటుంది. యితరుల కలా వుండదు. ఒకప్పుడు యితరులతో స్నేహం

చేయుటంకాని, యితరులతో సర్దుకుపోవటంగాని మీకు కష్టమనిపిస్తుంది. కాని మీ తరగతిలో నేవున్న వేరొక కుఱ్ఱవాడు ఎంతో సులువుగా ఆ పనులు చేస్తాడు. మరోమాటలో చెప్పాలంటే వ్యక్తులమధ్య ఎత్తు, బరువు మొదలగు భౌతిక విషయాలలో నేగాక మానసిక లక్షణాలలోకూడా తేడాలున్నాయని మనకు తెలుసు. ఈ భేదాలు యెందువలన వస్తాయో, యెలావుంటాయో ముందుపేజీలలో తెలుస్తుంది. అందువల్ల మనలోవున్న లోపాలను అర్థంచేసుకునేందుకు గూడా వీలవుతుంది. లోపాలను తెలుసుకున్నంతమాత్రాన ప్రయోజనమేమీ లేదు. అవి సరిదిద్దుకొని మనల్ని మనం యెలా బాగుపరచుకోగలమో తెలుసుకోవాలి.

సింహావలోకనం:

మానవుడు కేవలం బాహ్యప్రేరణలవలన పనిచేసే యంత్రం కాడు. కేవలం పరిసరాల ప్రభావానికి లోనయ్యే జంతువూ కాడు. "ప్రేరేపణ - ప్రతిచర్య" సిద్ధాంతం (Stimulus - response formula) యంత్రంచేసే పనిని పూర్తిగానూ, జంతువు ప్రవర్తనను కొంతవరకు విశదం చేస్తుంది. కాని మానవుడి ప్రవర్తనవిషయంలో ఈ సిద్ధాంతం వర్తించదు. మానవుడు జీవంతో స్పందిస్తూవుంటాడు. ఒక పరిస్థితికి సర్దుబాటుచర్యగా మాత్రమే భావిస్తే అతడిప్రవర్తనను పూర్తిగా అర్థంచేసుకోలేం. పరిస్థితులతో సర్దుబాటు చేసుకోవటంచేతమాత్రమే మనిషి కాడు. అందుబాటులో వున్న ప్రేరేపణలను అధిగమించి స్వయంగా ప్రేరేపణలను,

పరిసరాలను సృష్టించుకుంటాడు మానవుడు. అతడి ప్రవర్తన ప్రత్యర్థిదెబ్బలను కాచుకొనే బాక్సర్ ప్రవర్తనలాంటిదని భావించకూడదు. అది ముందు యేం యెత్తు వేస్తాడో వూహించటానికి వీలులేని చతురుడైన చదరంగపుటాటగాని ప్రవర్తనలాంటిది. మనిషి స్వయంగా తానే యెత్తులు వేస్తాడు. అతడి ప్రవర్తన ప్రతిస్పందన మాత్రమేకాదు. దానిలో స్వయంకృతంకూడా వుంది. అతడిప్రవర్తనలో ముఖ్యలక్షణ మేమంటే వ్యక్తిత్వానికి సంబంధించిన విచిత్రమైన ప్రత్యేకత. మనుష్యులందరికీవుండే గుణాలు చాల వున్నాయి అయినప్పటికీ ఒక వ్యక్తి ఒక ప్రత్యేకపరిస్థితిలో యెలా వ్యవహరిస్తాడో ముందుగా చెప్పటం చాల కష్టం ఇది ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించే అనంతమైన మానవ మనఃప్రక్రియలకు సదర్శనం. మనశ్శాస్త్రం చదివిన మానవుడు అద్భుతమైన జీవి అనే విశ్వాసం ధ్రువపడుతుంది.

2. వ్యక్తి వికాసము

కొత్తగా పుట్టిన బిడ్డకు పెద్దవాళ్ళకుండే తేడాలు చాల ముఖ్యమైనవి. పసిబిడ్డ అసహాయంగా, మొరటుగా వుంటుంది. ఆ బిడ్డ శరీరనిర్మాణం అసమంజసంగావుంటుంది. తల యితర అవయవాలకు తగినట్లుకాక చాల పెద్దదిగా వుంటుంది. వాడికి పాలుత్రాగటం, నిద్రపోవటం తప్ప మరే పని చేతగాదు. కాని గమనించవలసినది మరొకవిషయం వుంది. సరైన వాతావరణంలోవుంచితే పెరిగే సామర్థ్యం వాడికి వుంది. నెమ్మదిమీద వాడి అవయవాలకు యుక్తమైన సౌష్ఠవం వస్తుంది. కండరాల పరిమాణం,బలం పెరుగుతాయి. మెదడు పరిమాణం నిర్మాణసూక్ష్మత వృద్ధిఅవుతాయి. దీర్ఘకాలికమైన యీ ఆంతరంగిక అభివృద్ధిని పూర్ణవికాసం (Process of maturation) అంటారు. వివిధ అవయవాలకు పూర్ణవికాసం కలిగినపుడే అవి తమతమ విధులను చక్కగా నిర్వహిస్తాయి. జీవి ఒకరకమైన పూర్ణవికాసదశకు వచ్చినపుడే జననం సంభవమవుతుంది. జనన సమయంలో వివిధ జంతువులు వివిధ పరిపాకదశలలోవుంటాయి. మానవశిశువు జన్మకాలానికి పొందిన వికాసం మనం గర్వపడదగినదిగా వుండదు. వాడు తనసంగతి తాను చూచుకునే స్థితికి రావడానికి, అన్ని జంతువులకంటె యెక్కువకాలం పెంపకం, జాగ్రత్త కావాలి.

అపుడేపుట్టిన బిడ్డ:

పుట్టినపుడు బిడ్డ పూర్తిగా నిస్సహాయుడు. వాడిలో దిక్కు దరిలేని అనేక కదలికలు కనిపిస్తాయి. పుట్టిన కొద్ది కాలానికే కాంతి, శబ్దము, వాసన మొదలగు ప్రేరణలతో యేదోవిధంగా ప్రతిస్పందిస్తాడు. ఆ తొలి ప్రతిస్పందనలకు లక్ష్యం వుండదు. అవి నిరుద్దిష్టములు. గర్భోత్పత్తిఅయిన నాలుగైదు నెలలకే పిండములో యీ కదలికలను గమనించవచ్చు. నెలలు పెరిగినకొద్దీ వివిధమైన పిండవికాసక్రియలు జరుగుతాయి. పుట్టగానే బిడ్డ యెక్కువకాలం నిద్రతో గడుపుతుంది. ఏడవటం, కాళ్ళు చేతులు కొట్టుకోవటం మొదలగుక్రియలుచాలవరకుఆకలికిలోపలవుండే అసంతృప్తికి ప్రతిస్పందనం మాత్రమే. అపుడేపుట్టిన బిడ్డయొక్క అనిర్వచనీయంగా, నిర్నిబద్ధంగా వుండే యీక్రియలను "సామూహిక చర్య" (Mass activity) అంటారు. అప్పుడు శరీరమంతా కదులుతుంది గనుక అలా పిలుస్తారు. ఈ కదలికలకు పరస్పరసంబంధం ఉండదు కాని వీటిలో కొన్నిటికి లక్ష్యం వుంటుంది. త్రాగటం, మ్రింగటం, తుమ్మటం, ఆవులించటం లాంటివి. వీటిని అప్రయత్నసిద్ధ చర్య (Reflex actions) లంటారు. పుట్టిన బిడ్డకు వుపకరించేందుకు యిలాంటి సాధనాలు అనేకం వున్నాయి బిడ్డ పెరుగుతున్నకొద్దీ యీఅసంకల్పితచర్యలకు బలంతగ్గుతుంది. కాని కొన్ని మొదట్లోవున్నంత బలంగాను నిలిచివుంటాయి. వీటిలో "పిడికిలిపట్టుట" పరిశీలించవలసిన క్రియ. ఒకప్పుడు పసివాళ్ళ పిడికిలి చాల బలంగా వుంటుంది.

పసిబిడ్డకు కొన్ని ఇంద్రియానుభూతులను పొందే శక్తికూడా వున్నట్లు కనిపిస్తుంది. వాడు బాహ్య ప్రపంచాన్ని పెద్దవాళ్ళు చూచినట్లు చూడలేకపోవచ్చు. కానీ ఒకవస్తువు మీద దృష్టినిలిపి, చూపుతో దానిని అనుసరించగలడు. పుట్టినతరువాత కొద్దికాలంమాత్రమే చూపు సక్రమంగా ఉండదు. కాంతి హెచ్చుతగ్గుల ననుసరించి బిడ్డలో ప్రతిస్పందనలు కలుగుతాయని పరిశీలనలు రుజువుచేసినవి. శారీరక క్రియలలోకూడా కాంతి తీవ్రతనుబట్టి మార్పు కలుగుతుందని కనుగొన్నారు. అదేవిధంగా శబ్దాన్నికూడా పసిబిడ్డ గుర్తిస్తుంది. పెద్దశబ్దాలు ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసాలు, గుడ్లు మిటకరించటం, కళ్ళు త్రిప్పటం, శరీరంలో యేదో భాగాన్ని చివుకున లాక్కోటం మొదలగు శారీరకక్రియలలో వివిధమైన మార్పులను తీసుకువస్తాయని పరిశీలకులు గమనించారు. అలాగే పుట్టినప్పుడే బిడ్డకు రుచి తెలుసుకునే శక్తి కూడా వుంటుంది. రుచి వుప్పగాకాని, వెగటుగాకాని, చేదుగాకాని, వుంటే వాడి ప్రతిస్పందన ఒకరకంగా వుంటుంది. తీయగావుంటే మరొకరకంగా వుంటుంది.

పసివాళ్ళకు వుద్వేగాలన్నీ ఒకేరకంగా వుంటాయని కొంతమంది రచయితల అభిప్రాయం. మొదట్లో అవి రెండు రూపాలలో వుంటాయి. ఒకటి అవ్యక్తమైన బాధ. రెండవది అమితమైన ఆనందం లేక సంతోషం. ఆరునెలలు వచ్చేసరికి ఆ "బాధ అనే అనుభూతినుంచి కోపం, ద్వేషం అనే వుద్వేగాలు విడబడతాయి. ఐదుసంవత్సరాలు వచ్చినమీదట

శత్రుత్వభావం, ఆదుర్దా, సిగ్గు మొదలైన అనుభూతులు కలుగుతాయి.

పిల్లలకు మూడు ప్రాతిపదిక వుద్వేగాలుంటాయని చాలమంది మనశ్శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. అవి భయం, కోపం, ప్రేమ. సాధారణంగా భయాన్ని కలిగించే ప్రేరకాలు: పెద్ద శబ్దం, లేకపోతే తప్పిపోవటం. బిడ్డచేయబోయే పనిని అడ్డగిస్తే, లేకుంటే చేతులుపట్టుకుంటే కోపం వస్తుంది. కాని ఒకవిషయం గుర్తుంచుకోవాలి. పైనసూచించిన మూడు ప్రాథమిక వుద్వేగాలు మరీ పసివాళ్ళలో విడిగా కనుపించవు. అవి విడబడటానికి కొన్ని నెలల అనుభవం, పరిపాకం అవసరం.

అప్పుడే పుట్టినబిడ్డ అసహాయంగా ఉన్నా రెండు అంశాలవలన వాడు నిలకడగా పెరుగుతాడు. అవి వికాసం, గ్రహణశక్తి. ఈ రెండిటికీ బిడ్డ పెరుగుదలపై వుండే ప్రభావ తారతమ్యాన్ని నిర్ణయించటానికి కొన్ని పరిశీలనలు జరిపారు. ఒక ప్రయోగంలో కవలపిల్లలైన యిద్దరు స్త్రీశిశువులను పరిశీలించారు. పుటకనుండి 46వారాలు గడచిన తరువాత ఒకపిల్లకు మేడమెట్లెక్కడానికి తర్ఫీదు యిచ్చారు. కొన్నివారాలపాటు రోజూ అభ్యసించటంవల్ల ఆబిడ్డ మెట్లెక్కడం నేర్చుకుంది. తదుపరి 7వారాలు గడచిన తరువాత రెండవ పిల్లకు అదే తర్ఫీదు మొదలుపెట్టారు. అభ్యాసం మొదలుపెట్టేసరికి మరొక 7 వారాలు గడవటంచేత రెండవపిల్లకు కండరాలలోనూ నరాలలోకూడ బలమెక్కువగావుంది. తత్ఫలితంగా తర్ఫీదు ఆలస్యంగా మొదలుపెట్టి

నప్పటికీ త్వరలోనే మొదటిపిల్ల ప్రమాణాన్ని అందుకుంది. మొదటిపిల్ల అనేక వారాలలో నేర్చుకున్నది, రెండవపిల్ల రెండు వారాలలోనే నేర్చుకోగలిగింది. ఇలాంటి ప్రయోగాలు బిడ్డల కార్యకలాపాలలో పూర్ణవికాసానికి, గ్రహణ శక్తికికూడా ప్రాముఖ్యం వున్నదని నిరూపిస్తాయి. శిక్షణ అవసరమే కాని అవి ఫలించటానికి బిడ్డ పూర్ణవికాసంతో సంసిద్ధం కావటంకూడ అవసరం. తల్లిదండ్రులు బిడ్డలకు ఆహారం తీసుకోవటం, నిద్రించటం, మలమూత్ర విసర్జన మొదలైన కొన్ని శారీరకమైన అలవాట్లు కావాలని కోరుతారు. కొన్ని సంవత్సరాల క్రితం బిడ్డకు యీ అలవాట్లు కావటానికి కఠినమైన తర్ఫీదు అవసరమని భావించేవాళ్ళు. తరువాత జరిగిన పరిశీలనవలన దానిమూలాన దుష్ఫలితాలుంటాయని తేలింది. కఠినమైన శిక్షణ మానసికమైన ఆదుర్దా మొదలైన అవాంఛనీయమైన అనుభవాలను కలుగజేసి కొంతకాలానికి బిడ్డ మానసికారోగ్యాన్ని పాడుచేస్తుందని తేలింది. ఇప్పుడు బిడ్డల తర్ఫీదు విషయంలో కొంత సడలింపు అవసరమని భావిస్తున్నారు. ఈ విషయంలో తల్లిదండ్రులకు తొందరపాటు పనికిరాదు. ఉదాహరణకు, మూత్రకోసం స్వాధీనంలో వుంచుకోవటం నేర్చుకోవటంకోసం బిడ్డను తొందరపెట్టటందువల్ల ఏమీ ప్రయోజనం లేదు.

శారీరకమైన పెరుగుదల:

బిడ్డ ప్రవర్తన చాలవరకు శారీరకమైన పెరుగుదల మీద ఆధారపడివుంటుంది. శారీరకాభివృద్ధికి, మానసికాభి

వృద్ధికి దగ్గరసంబంధంవుంది. బాగా తిండితింటూ ఆరోగ్యంగావున్న బిడ్డకంటె సరిగా ఆహారంలేక బలహీనంగా వున్నబిడ్డ తరచూ చికాకుపడుతూ మారాము చేస్తాడు. శరీరావయవాలన్నీ ఒకే పద్ధతిగా పెరగవు. ఇతర అవయవాలకంటె తల, మెడ ముందు పెరుగుతాయి. తల ఇతర అవయవాలతో పోల్చిచూస్తే పెద్దదిగావున్నప్పటికీ బిడ్డ మెదడు బాగా పనిచేయదు

వెన్నుపాము (Spinalcord) మెదడు కాండము (Brainstem) పుట్టుకతోనే బాగా పనిచేయటం మొదలిడుతాయి కానీ పెద్ద మెదడు పుట్టినతరువాత కొన్నివారాలైతేగాని సక్రమంగా పనిచేయటం మొదలిడదు. బిడ్డ అభివృద్ధికి పరిపాకం (Maturation) మాత్రమే కారణంగాదు. శిక్షణ అభ్యాసంకూడా అవసరం. ఏ అవయవమైన పని చేయటానికి ముందు పూర్ణవికాసంపొందాలి: కాని తరువాత దాని వుపయోగం అభ్యాసంపైన ఆధారపడివుంటుంది. అవయవవికాసం సాగుతూనే వుంటుంది. కానీ అది ఫలించటానికి అభ్యాసం కావాలి. వ్యాయామంవల్ల కండరాలకు శక్తి లభిస్తుంది.

చలనశక్తి: (Motor development)

వ్యక్తిగతమైన తేడాలున్నప్పటికీ చలనశక్తి బిడ్డలందరిలోను ఒక పద్ధతిప్రకారం అలవడుతుంది. దానిలో నేర్పులు యీ క్రిందివాటికి సంబంధించి వుంటాయి.—అవయవాలను వుపయోగించే తీరు,

గమనము, చేతితో పట్టుకోవటం, త్రిప్పటం, వివిధ అవయవాలను వుపయోగించటంలో సాధించవలసిన స్థూలమైన తరువాత సున్నితమైన సమన్వయం. ఈ పరిణామం ఒక క్రమంలో వుంటుంది. అవయవాలు క్రమంగా స్వాధీనమవుతాయి. ఈ స్వాధీనత మొదట్లో తలప్రాంతంలో యేర్పడుతుంది. తరువాత ముంజేతులలోనూ, తరువాత మొండెం పైభాగంలోనూ, తరువాత మొండెం క్రిందభాగంలోనూ చివరకు కాళ్ళలోనూ పాదాలలోనూ యేర్పడుతుంది. అభివృద్ధి వేగం క్రమంగా యెప్పుడూ ఒకేరకంగావుండదు. దానిలో నిర్దిష్టమైన హెచ్చుతగ్గులుంటాయి. ఒకప్పుడు ఒకబిడ్డ అభివృద్ధి ప్రక్రియలో యేదోదశలో కొంత ఆలస్యం కావచ్చు. కాని వెంటనే ఆ ప్రక్రియ మొదలైన ఒక్కసారిగా అభివృద్ధి కనపడవచ్చు.

నడకరావడం చాలవరకు సాధారణమైన శారీరక వికాసంమీద నాడీ పరిపాకంమీద ఆధారపడుతుంది. నిటారుగా నడచేముందు బిడ్డ అనేకదశలు దాటాలి. కొంతమందిపిల్లలు లెఖ్ఖప్రకారం తొమ్మిది నెలలు నిండగానే సహాయంలేకుండా కొన్ని అడుగులు వేస్తారు. అనేక కారణాలవల్ల నడక దెబ్బతినవచ్చు.

(ఎ) రికెట్సులాంటి శారీరక దుర్బలతవల్లగాని, దీర్ఘకాలికమైన వేరొక వ్యాధివలనగాని నడక ఆలస్యం కావచ్చు. (బి) శరీర పరిమాణం అసాధారణంగా పెరగటంచేత, కొవ్వుయెక్కువవటంచేత ఆలస్యం కావచ్చు. (సి) జ్ఞానేంద్రియాలలో దోషమున్నా అలా జరగవచ్చు. దృష్టిలోగాని

శ్రవణంలోగాని లోపముంటే నడక ఆలస్యంకావచ్చు. బుద్ధి సూక్ష్మత తక్కువైనా ఉత్సాహశక్తి లోపించినా నడక ఆలస్యంగా అలవడవచ్చునని తేలింది.

వస్తువులను సమీపించటం, పట్టుకోవటం:

బిడ్డలలో యీ చలనశక్తికూడా ఒక క్రమంలో అలవడుతుంది. ఈ నేర్పుకు ఆధారం పుట్టుకతోనే అసంకల్పిత చర్యగావచ్చే పిడికిలికావచ్చు. అప్పుడే పుట్టినబిడ్డకు యీ పిడికిలి చాలబలంగా వుంటుంది. ఎంతబలంగా వుంటుందంటే పిడికిలి ఆధారంగా బిడ్డను పైకెత్తితే అది మొత్తం శరీరాన్ని మోస్తుంది. క్రమేపి ఆ పిడికిలి బలం తగ్గుతుంది గాని అసంకల్పితచర్యమాత్రం వుంటుంది. బిడ్డ దూరంగా వుండి ఒక వస్తువువంక చూసేటప్పుడు వివిధ అవయవాలను అంటే చేతులను, కాళ్ళను, వేళ్ళను కదపటం మొదలు పెడతాడు. తరువాత తనచేతికి అందుబాటులోవున్న వస్తువులను కదుపుతాడు. లేకపోతే గలగల శబ్దం వచ్చేటట్లు వూగిస్తాడు. అపుడంతా సామాన్యమైన శారీరక క్రియమాత్రం జరుగుతుంది. రోజులు గడచినకొద్దీ వీటిలో కొన్ని క్రియలు జారిపోతాయి. మిగిలినవి సున్నితమైన, సంయోజిత చర్యలుగా కలసిపోతాయి. చలనానికి సంబంధించిన నేర్పు వృద్ధి అవడం ఈ సంయోజనంమీదనే చాలావరకు ఆధారపడి ఉంటుంది.

వస్తువులను సమీపించి చేజిక్కించుకునే ప్రక్రియలో ముఖ్యమైనఅంశం ఒకటివుంది. వస్తువులను పట్టుకోవటంలో

కన్ను చేసేపనికి, చెయ్యి చేసేపనికి అదివరకే సమన్వయం యేర్పడివుంటుంది. అది యిప్పుడు అధికమవుతుంది.

మొదటికొద్ది నెలలలో కలిగేచలనానికి క్రమంవుండదు: జ్ఞానేంద్రియాలు కండరాలు ఏ మాత్రం సమన్వయంతో పనిచేయవు. ఆరు నెలలతరువాత మాత్రమే చాలావుంది బిడ్డలు సరిగా వస్తువులదగ్గరికి వెళ్ళి పట్టుకొనటానికి అవసర మైనంత సమన్వయ శక్తి సాధిస్తారు. ఇక్కడ ఒక విశేషం ఉంది. నిజంగా వస్తువును పట్టుకునే చెయ్యి ఒకటేఐనా రెండవచేతిలోకూడ కదలికకలుగుతుంది. రెండిటిలోనూ అల వాటైనచేత్తో వస్తువును పడతాడు.

చే తి వా టం:

ప్రతివ్యక్తి రెండుచేతులలో యేదో ఒక దానిని యెన్నుకుని, అన్నిపనులకు వుపయోగిస్తాడు. ఇలా ఒక చేతిపై మరొక చేతికి ఆధిక్యం యెందువలన వస్తుందో చెప్ప టానికి తృప్తికరమైన సిద్ధాంతమేమీ లేదు. "గెస్సెల్" అను శిశుమనశ్శాస్త్రివేత్త ఉద్దేశంప్రకారం రెండుచేతులలో వ్యత్యాసం జీవితంలో చాలముందే కనిపిస్తుంది. అది బిడ్డ వ్యక్తిగతలక్షణం. ఎక్కువగా కుడిచేతిని వుపయోగించట మనేది బిడ్డయెప్పుడూ తనచుట్టూవుండే సంఘం ప్రభావం ద్వారా నేర్చుకుంటాడని మరికొందరి అభిప్రాయం. బిడ్డ లను పెంచవలసిన బాధ్యతగలవాళ్ళు బిడ్డ యిలా ఒకచేతి బదులు మరొకచేతితో పనిచేయటానికి వెనుకనుండే శారీరక తత్వాన్ని, మనస్తత్వాన్ని గ్రహించాలి.

ఎక్కువమంది ప్రజలలో ఎడమచేతిని వుపయోగించటమంటే ఒక రకమైన అకారణ అసహ్యాభావం వుంది. దీనికి కారణం మనలో అధిక సంఖ్యాకులు కుడిచేతిని వుపయోగించే వాళ్ళవటమే. మనం వుపయోగించే పనిముట్లలో యెక్కువ కుడిచేతితో పనిచేయడానికి ఉపయోగపడేవే. అందువల్ల ఎడమచేతిని వుపయోగించే పిల్లవాడికి వాటిని ఉపయోగించటం యిబ్బంది వుండవచ్చు. కొంతమంది తల్లిదండ్రులు బలవంతాన యెడంచేతిని వుపయోగించటం మాన్పించాలని ప్రయత్నం చేస్తారు. ఈ సమస్యను గూర్చి ప్రత్యేక పరిశోధనలు జరిపినవాళ్లెవరూ బలవంతంగా మార్చేపద్ధతిని సమర్ధించరు. అలాంటి ప్రయత్నం బిడ్డమనస్సులో కొన్ని సంఘర్షణలను కలుగజేయవచ్చు. దానివలన నత్తి మొదలైన భాషణ దోషాలుకూడా రావచ్చునని తేలింది.

భాష, భాషణ:

మాట్లాడటం రావటానికి దానికి సంబంధించిన అవయవాల పరిణతి కొంతవరకు అవసరమైనా యుక్తమైన సాంఘికపరిసరాలు అంతకంటె ముఖ్యం. కొంతమంది పిల్లలను మానవ సమాజంనుంచి పూర్తిగా వేరుజేస్తే బహుశా వాళ్ళు ఒకళ్ళతో ఒకళ్ళు కొన్ని జంతువులు పక్షులులాగా చిన్న చిన్న శబ్దాలతోనూ సంజ్ఞలతోనూ వ్యవహారం జరుపుకుంటారు. పుట్టగానే వినిపించే యేడ్పు బిడ్డ మొట్టమొదటి భాషణ చర్య. దానికి సాంఘికమైన లక్ష్యమేమీలేదు. ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాస ప్రక్రియను యేర్పాటుజేయటానికి అది

తోడ్పడుతుంది. క్రమేపి అది భావవాహిని సాధనమవు తుంది. బిడ్డలు తమఅవసరాలు తీర్చుకునేందుకు యేడుపును సాధనంగా వుపయోగిస్తారు. వాళ్ళకు మొదట్లో అచ్చులు అ అలు వస్తాయి. మూడు నాలుగు నెలలయేసరికి హల్లులు కూడా రావడం మొదలుపెడతాయి. తరువాత కొంతికాలా నికి అవ్యక్తంగా వాగటం మొదలుపెడతారు. ఒక్కొక్క పుడు అది అస్పష్టంగా వుండే పెద్దవాళ్ళ ఉచ్చారణలాగా వుంటుంది. అప్పటికే వాళ్ళకు ఒకటో రెండో అచ్చులతో కూడిన మాటలొస్తాయి. వాటితో సతమతమవుతూ ప్రతి సందర్భానికి అవే వుపయోగిస్తారు. బిడ్డలు యిలా మాట్లాడ టం మొదలుపెట్టేసరికి తల్లిదండ్రులు చాల సంబరపడతారు. వాళ్ళు సంతోషాన్ని హర్షాన్ని అనేక రకాలుగా వ్యక్తం చేస్తారు. అప్పటికి బిడ్డ తల్లిదండ్రుల అభినందనను అర్థం చేసుకోగలడు. బహుశా అందువల్లనే ఆమాటలనే పదేపదే పలుకుతాడు. ఆరు నెలల తరువాత పలకటం వేగంగా అభి వృద్ధవుతుంది. మగపిల్లలకంటె ఆడపిల్లలు త్వరగా మాట్లా డటం నేర్చుకుంటారు. వాక్యనిర్మాణం మొదలైనవి బుద్ధిబలం మీద యింటాబయట కూడా చురుకు పుట్టించటం మీద ఆధారపడి వుంటాయి. బిడ్డలు మొదట అనుకరణవల్ల నేర్చు కుంటారు.

అనుకరణ పరిసరాలమీద ఆధారపడి వుంటుంది. గనుక పరిసరాలకు యెక్కువ ప్రాముఖ్యంవుంది. దాదాపు సమ వయస్కులతో కలిస్తే వాళ్ళను అనుకరించి బిడ్డ తేలి కగా నేర్చుకుంటాడు. వాడికంటె కొంచెం పెద్దపిల్లలు

యింట్లో వుంటే భాషణాభివృద్ధి త్వరితమవుతుంది. మానసిక బలహీనత వుంటే యేపిల్లవాడైనా భాషణాభివృద్ధిలో చాల వెనుకబడుతాడు. చెముడు వుంటే భాషణ యింకా తీవ్రంగా దెబ్బతింటుంది. మూగతనం చాలవరకు చెవుడు వల్ల వస్తుంది. చెముడు కొంచెంవున్నా క్రమేపి అది భాషణాభివృద్ధిని అరికడుతుంది. కనుక పిల్లవాడి కెవరికైనా మాటలు రావటం ఆలస్యమైతే ముందు వాడిచెవులను పరీక్షించాలి.

అనేక కారణాలవల్ల చిన్నపిల్లలలో నత్తి, స్వర దోషం, లయదోషంలాంటి భాషణలోపాలు యేర్పడవచ్చు. అలాంటప్పుడు తల్లిదండ్రులు వ్యాకులపడుతున్నట్లు బిడ్డలకు కనుపించకూడదు. వెంటనే సరిదిద్దటానికి ప్రయత్నం చేసినా, విమర్శచేసినా, ఎగతాళిచేసినా ఆదోషాలు తీవ్రమవుతాయి. పిల్లల భాషణాభివృద్ధిలో నత్తి అసాధారణమైనదేమీకాదు. మొదట్లో కొంచెమైనా తల్లిదండ్రుల అవివేకంవల్ల నత్తి తీవ్రంగా మారవచ్చు. తల్లిదండ్రుల వ్యాకులత, ఆక్షేపణవల్ల బిడ్డ మనస్సులో వుద్వేగం, సంఘర్షణ జనించవచ్చు. అవి వాడిలో నాటుకునిపోయి తీవ్రమైన నత్తి రావచ్చు.

రెండుభాషల వాడుక:

మనదేశంలో యెక్కువమంది పిల్లలు రెండు భాషలు ఇంకా ఎక్కువ భాషలుకూడా నేర్చుకోనవలసిన అవసరం కలుగుతుంది. కొందరు పరిశోధకులు యీ సమస్యను పరిశీ

లించారు. ఒకేసారి రెండు భాషలు నేర్చుకోవటం పిల్లలకు కష్టం అంటూంటారు, తరచుగా. ఈ వాదంలో అంత నిజం లేదని యిప్పుడు తేలింది. రెండు భాషలు నేర్చుకోవటం బిడ్డ బుద్ధికుశలతమీద, వాడికి బోధించే పద్ధతిమీద ఆధార పడి వుంటుంది. పైగా ఒక భాషలో సంపాదించిన ప్రావీణ్యం వేరొక భాష నేర్చుకోవటానికి అడ్డుకాదనికూడా కనుగొన్నారు. రెండింటిలోనూ సమానంగా అభివృద్ధి చూపించవచ్చు. దీనిలో వయస్సుకు కూడా ప్రాధాన్యం వుంది. శైశవదశలో మాతృభాషలో ప్రావీణ్యం వస్తే, కొద్దికాలం తరువాత మరొక భాష నేర్చుకొనటానికి కష్టంవుండదు.

సాంఘికాభివృద్ధి:

మనిషిని సాంఘిక జంతువని నిర్వచిస్తారు. కాని శిశువులో సాంఘిక ప్రవర్తనా చిహ్నాలేమీ కనిపించవు. తొలి సంవత్సరాలలో ముందు యింటిలో, తరువాత పాఠశాలలాంటి సంస్థలలో వాడికి సాంఘికమైన తర్ఫీదు కావాలి. మొదట్లో సాంఘిక ప్రవర్తన బీజాలు మాత్రం కనిపిస్తాయి. అవి ఎవ్వరు లేకుండా ఒకళ్ళను విడిచిపెడితే యేడవటం, పెద్ద వాళ్ళు వాళ్ళవంక చూస్తే నవ్వటంలాంటివి.

చిన్నతనంలో సాంఘికచైతన్యం యేర్పడటానికి నర్సరీ స్కూళ్ళు దోహదమెలా అవుతాయో కొంతమంది పరిశోధకులు వక్కాణించారు. నర్సరీ స్కూలులో వున్న కాలంలో పిల్లలు తోడిపిల్లలతో స్నేహంచేయుటం చేత తద్వారా వచ్చే అనుభవం వల్ల సాంఘిక ప్రవర్తనలోని

మెళుకువలను తెలుసుకుంటారు. సాంఘికాభివృద్ధిలో అనేక దశలున్నాయి. మొదట్లో పిల్లలు యేవిషయం పట్టించుకోరు. తరువాత తమమాటే చెల్లాలనే పట్టుదలతో యితరుల స్వేచ్ఛకు భంగకరంగా ప్రవర్తిస్తారు. తరువాతి దశలో దయ సానుభూతి కనిపిస్తాయి. సాంఘిక ప్రవర్తన ముఖ్యలక్షణాలలో ఒకటైన ఆధిక్యభావం విధేయత [Dominance-submission] బిడ్డ పొందిన తర్ఫీదుమీద అనుభవంమీద ఆధారపడి వుంటుందని పరిశోధనవలన తెలిసింది. ఇపుడుండే అధికమైన సాంఘిక అవకాశాలవల్ల బిడ్డ బడికి వెళ్ళటం మొదలుపెట్టేసరికి సాంఘిక ప్రవర్తన, సాంఘిక పరిస్థితులకు అనుగుణంగా నడుచుకోవటం నేర్చుకుంటాడు. స్నేహం యేర్పడటం ఒక చిత్రమైన ప్రక్రియ. బడికి వెళ్ళిన తొలి సంవత్సరాలలో స్నేహాలు యెంత తేలికగా యేర్పడుతాయో అంత తేలికగా విడిపోతాయి. స్థిరంగావుండే స్నేహాలు తరువాత యేర్పడుతాయి.

ఉద్వేగ వికాసం:

పెద్దవాళ్ళకు అదుపులోవుండే సున్నితమైన ఉద్వేగాలు అధికోద్వేగంతో పిల్లవాడు చేసే మొండి చేష్టలకు చాలా వ్యత్యాసం వుంది.

ఆ వ్యత్యాసం ప్రఛ్ఛన్న యుద్ధానికి, యుద్ధరంగంలో జరిగే ఘోర పోరాటానికి వుండే వ్యత్యాసాన్ని పోలి వుంటుంది. ఎదిగే యీడులో అంటే శైశవంనుంచి పెద్ద అయేవరకు వుద్వేగాలలో అనేక మార్పులు వస్తాయి.

అప్పుడే పుట్టిన బిడ్డకు విలక్షణమైన వుద్వేగాలేవీ వుండవు. మొదట్లోవుండేవి సుఖం దుఖం మాత్రమే. వ్యక్తి పెరిగి పరిపాకం పొందుతున్నకొద్దీ వివిధమైన వుద్వేగాలు కనిపిస్తాయి. ఐదేళ్ళొచ్చేసరికి యీర్ష్య, ఆదుర్దా, సిగ్గు వస్తాయి. ఉద్వేగాలను అభివ్యక్తంచేయటంలో పిల్లలకు పెద్దవాళ్ళకు చాల తేడాలున్నాయి. పరిపాకంవల్లనేకాక అభ్యాసంవల్లకూడా ఆతేడావస్తుంది. పిల్లవాడు కొత్త ప్రేరణలపట్ల కోపం, భయం చూపటం నేర్చుకుంటాడు. ఉద్వేగాలను వాడు కొత్తరకంగా అభివ్యక్తంచేయటం నేర్చుకుంటాడు. క్లిష్టమైన ఉద్వేగాల అనుభూతికూడ పొందుతాడు. మొదట్లోవుండే ఉద్వేగాలు కొద్ది మాత్రమే. పుట్టినప్పటినుండి బిడ్డలో కనిపించే వుద్వేగాలు మూడు. అవి ప్రేమ, భయం, కోపం. ఈమూడైనా కొన్ని నిర్ణీతమైన ప్రేరణలవలననే కలుగుతాయి. సన్నిహిత పరిసరాలవల్లను శారీరకమైన కొన్ని అవసరాలవల్లను మాత్రమే యీ వుద్వేగాలు కలుగుతాయి. పెద్దశబ్దమైనపుడు, వూత తప్పిపోయినపుడు మాత్రమే భయం కలుగుతుంది. తనచేష్టలకు అడ్డుతగిలినా ఆకలిలాంటి శారీరకమైన అవసరాలను తీర్చుకునే ప్రయత్నానికి భంగంకలిగినా బిడ్డకి కోపంవస్తుంది. ముద్దుపెట్టుకున్నపుడు, వాత్సల్యం చూపినపుడూ ప్రేమభావం కలుగుతుంది. బిడ్డ పెరుగుతున్నకొద్దీ యింకా అనేక వస్తువులన్నా, పరిస్థితులన్నా భయపడటం నేర్చుకుంటాడు. అనుషంగిక ప్రేరణ (Conditioning)అనే ప్రక్రియవల్లయెక్కువ భయాలు తీవ్రంగా యేర్పడుతాయి. పెద్దశబ్దమైతే బిడ్డకి స్వాభావికంగా భయమేస్తుంది.

కొన్నివస్తువులు అలాంటి భయాన్ని పుట్టించవు. కానీ కొన్నిసార్లు పెద్దశబ్దంతోపాటు ఆ వస్తువులను చూపిస్తే కొంత కాలమయేసరికి వాడు ప్రత్యేకంగా ఆవస్తువులను చూపించినా భయపడతాడు. వివిధమైన జంతువులన్నా ప్రాకే జంతువులన్నా కలిగే భయాలు ఇతరులనుంచి నేర్చుకున్నవే. చీకటి అంటే భయం, కొత్తవాళ్ళంటే భయం. తదితర భయాలు బిడ్డలకు తల్లిదండ్రుల నుంచి సంక్రమిస్తాయి.

ఉద్వేగం వచ్చినపుడు పిల్లలకు హద్దూ పద్దూ వుండదు. ఉదాహరణకు కోపంవస్తే ముఖంలో కండరాలు వుబ్బుతాయి. ముఖమంతా యెఱ్ఱబడిపోతుంది. కాళ్ళతో తంతారు. కిందపడి దొర్లుతారు. గుడ్డలు చింపుతారు .అలాగే యేవుద్వేగం వచ్చినా కండరాలలోనూ యితర చలనావయవాలలోనూ అది స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. పెద్దవాళ్ళు అలా ప్రవర్తించరు. ప్రతి సంఘంలోనూ వుద్వేగాలను అభివ్యక్తం చేయటానికి కొన్నిపద్ధతులుంటాయి. అలా తమ సంఘానికి లేక సంస్కృతికి ఆమోదకరమైన పద్ధతులలో వుద్వేగాలను ప్రకటించటం వాటికి అనుబంధమైన బాహ్యాలక్షణాలను అదుపులో వుంచుకోవటం పెద్దవాళ్ళు నేర్చుకుంటారు. సంతోషం వచ్చినపుడు చిరునవ్వు నవ్వటం, కోపం వచ్చినపుడు కనుబొమ్మలు ముడివెయ్యటం నేర్చుకున్నవే. పిల్లలు చిన్న విషయాలకుగూడా కలవరపడతారు. తల్లి మిఠాయి పెట్టకపోయినా, తనను విడచివెళ్ళినా బిడ్డపొందే ఖేదం ఒకే స్థాయిలో వుండవచ్చు. ఉద్వేగాలను అదుపులో

పట్టగలిగిన పెద్దవారిలో లక్షణమేమిటంటే వాని వుద్వే గానుభూతికి తగినంతగ కండరాల బలంకూడా వుంటుంది. పిల్లల వుద్వేగాలు ఒక క్రమంలో అదుపులు వుండవు. వాటికి సరైన సమస్థితి వుండదు. ఒకక్షణంలో అధికమైన కోపం వస్తుంది. మరోక్షణంలో సరిగా దానికి వ్యతిరేకస్థితి యేర్పడుతుంది. వాళ్ళకు సంతోషంవచ్చినా పట్టలేం, కోపం వచ్చినా పట్టలేం. వాళ్ళ వుద్వేగాలలో మార్పులు చాల వేగంగా వస్తాయి.

బుద్ధి వికాసం:

దురదృష్టవశాత్తు బిడ్డ మానసిక వికాసంలో లోపం ఉన్నవాడైతేతప్ప మెదడు పెరిగి పరిపాకంచెందగానే బుద్ధి వికసిస్తుంది. కొంత పరిపాకం చెందితే తప్ప బిడ్డకి నడక రాదు. అలాగే యుక్తమైన దశవచ్చే వరకు మానసిక ప్రక్రియ లేర్ప డవు. దానికి సరైన చురుకు పుట్టించే పరిసరాలుండాలి. తర్ఫీదు సఫలంకావటానికి కొంత పరిపాకం అవసరం. దానిని జ్ఞాన సంపాదన యోగ్యత (learning readiness) అంటారు. ఈ సంసిద్ధతను గూర్చి తెలుసుకోనటం మనలో కొంత మందికి ప్రత్యేకంగా అవసరం. మనదేశంలో చాలమంది తల్లిదండ్రులు పిల్లలను మహా ప్రతిభావంతులుగా తయారు చెయ్యాలని ఆరాటపడతారు. వచ్చినవాళ్ళందరి యెదుట వాళ్ళను చూపుడు బొమ్మలుగా ప్రదర్శిస్తారు. వాళ్ళకు బలవంతంగా రకరకాల ప్రశ్నలు నేర్పాలని చూస్తారు.

అలాంటి ప్రయత్నాలు దీర్ఘకాలంమీద పిల్లలకు హాని చేస్తాయని మనశ్శాస్త్రం ఋజువుచేస్తుంది.

బిడ్డ మానసిక ఆరోగ్యం :

ఆధునిక మనశ్శాస్త్ర మానసిక ఆరోగ్య సూత్రాలకు యెక్కువ ప్రాధాన్యమిస్తుంది. తమ శక్తికి తగినట్లుగా సంపూర్ణమైన జీవన వికాసాన్ని సాధించటానికి, స్వప్రయోజకత్వము, సౌఖ్యం పొందటానికి, ప్రావీణ్యత సంపాదించటానికి మానసిక ఆరోగ్య సూత్రాలు తోడ్పడుతాయి. శారీరక ఆరోగ్యం పొందటానికి వైద్యశాస్త్ర సూత్రాలెలా వుపకరిస్తాయో అలాగే మనశ్శాస్త్ర జ్ఞానం మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవటానికి అవసరం. మానసిక ఆరోగ్యం సరిగా వుండాలంటే వ్యక్తిత్వ వికాసం పొందాలి. దేహానికి ఆహారం, నీరు యెలా అవసరమో అలాగే మానసికమైనవి కొన్ని అవసరా లున్నాయి పిల్లల ప్రవర్తనను గురించిన సమస్యలు పరిసరాలలో, అంటే యింట్లోను, బడిలోను వుండే కొన్ని వ్యతిరేక పరిస్థితుల మూలంగా ఉత్పన్నమవుతాయి. మానసిక ఆరోగ్యం లోపించటానికి యింట్లో, బడిలో వుండే పరిస్థితులు చాలవరకు కారణమని కొందరి అభిప్రాయం. ఈ సమస్యలకు కారకులు తల్లిదండ్రులూ పంతుళ్ళే కాని బిడ్డలు కారని తాత్పర్యం.

బిడ్డకి భద్రత వుండాలి. భౌతికమైన భద్రత చాలదు. ఉద్వేగాల భద్రతకూడా వుండాలి. అంటే పరిస్థితులు వాళ్ళను వ్యాకులపరచేవిగా వుండకూడదు. చాల

యింట్లలో ఆర్థిక పరిస్థితులకు తగినట్లు బిడ్డల శారీరక అవస రాలు తీరటానికి సదుపాయాలుంటాయి. అంటే భౌతికమైన భద్రత వుంటుంది. అంతమాత్రాన, వుద్వేగాల విషయంలో సంతృప్తి వుందనుకునేందుకు వీల్లేదు. బిడ్డ ప్రేమిస్తుంది, ప్రేమింపబడాలనుకుంటుంది. వాడికి కుటుంబములోని వాళ్ళంద రికి తనంటే ఆపేక్ష వుందనే భావం కలగాలి. తను అనేక విధా లుగా ప్రేమను వ్యక్తంచేయగలగాలి. కుటుంబంలో వుండే సామరస్యం, సుఖశాంతులు యీ భద్రతాభావాన్ని పెంపొందిస్తాయి. తల్లిదండ్రుల మధ్య తరచూ కలహాలుంటే, లేక మరేవిధంగానైనా కుటుంబజీవితం అస్వస్థంగా ఉన్నా ఈ భద్రత విచ్ఛిన్నమవుతుంది. తను కావాలనుకునే వాళ్ళు న్నారని, తాను వాళ్ళకు చెందివున్నాననే భావం కలగాలి. కుటుంబంలో వాడికొక ప్రత్యేకమైన స్థానం కల్పించాలి. వాడిని ఒక వ్యక్తిగా గుర్తించి గౌరవించాలి. బిడ్డకి అవస రాలు, వుద్వేగాలు వున్నాయని తెలుసుకున్నంతమాత్రాన సరిపోదు. వాటినిగుర్తించి వాడి వయస్సునిబట్టి సామర్థ్యానికి తగిన కొన్ని బాధ్యతలు, విధులు అప్పగించాలి. పెద్దవాళ్ళ లాగా తనూ ఒక వ్యక్తిగా గుర్తింపబడాలని బిడ్డ ఆరాట పడతాడు. మనం చేసిన పనిని, సాధించిన విజయాన్ని యిత రులు గుర్తించకపోతే బాధపడతాం. అలాంటి గుర్తింపు పెద్దవాళ్ళకంటే పిల్లలకెక్కువ అవసరం. పెద్దవాళ్ళకు యిత రులనుంచి అవసరమైతే, బిడ్డకు తమ కుటుంబంలోని వాళ్ళ దగ్గరనుంచే ఈ గుర్తింపు మరింత అవసరం. సంకోచం లేకుండా వాళ్ళుచేసిన పనిని గుర్తించాలి, వాళ్ళంటే శ్రద్ధ

చూపించాలి, పొగడాలి, ఉత్సాహపరచాలి. తాను ఒక పనిలో కృతకృత్యుడనైనాననే భావం పురోభివృద్ధికి చాల ముఖ్యం. పిల్లలు అనేకపనులు చేయాల్సివుంది. వాళ్ళను అమితంగా విమర్శించటం, యెగతాళి చేయటం ఖచ్చితంగా మానెయ్యాలి. వాళ్ళకు బాధకలిగించేటట్లుగా ఇతరులతో పోల్చ గూడదు. ఒక పిల్లవాడు తెలివిగలవాడైతే, వాడిని చూపుడు బొమ్మలాగా చూపటం రెండవవాడిని కించపరచటం తగదు. బిడ్డ ఆత్మగౌరవానికి భంగకరమైన దేదైనాసరే మానెయ్యాలి. ఈ సందర్భంలో ఇంకో ముఖ్యవిషయం చెప్పాలి. మన దేశంలో తల్లిదండ్రులు, ముఖ్యంగా పల్లెలలోవుండేవాళ్ళు పిల్లలను కొడతారు. క్రూరంగా హింసిస్తారు. అలాంటి పిల్ల లకు లోలోపల తల్లిదండ్రులంటే విరోధభావం యేర్పడు తుంది. ఆ భావమే సంఘ విద్రోహచర్యలకు, నేరాలకు దారి తీయవచ్చు.

ప్రేమ, వాత్సల్యం సరిగా చూపిస్తే యెప్పుడూ యెక్కువకావు. కాని అవి బిడ్డ స్వాతంత్ర్యానికి తనకాళ్ళ మీద తాను నిలబడగలగటానికి అడ్డురాకూడదు. వాళ్ళకు పెద్దవాళ్ళ సహాయం కొంతవరకే అవసరం. అదికూడా అవసరమొచ్చినపుడు మాత్రమే. క్రమంగా స్వశక్తిమీద ఆధారపడి కార్యసాధన చేసుకునే శక్తి రావాలి. లేకుంటే ప్రథమశ్రేణిలో పరీక్షలు ప్యాసవుతున్నా అప్రయోజకు లుగా తయారవుతారు. మనదేశంలో మరొక సమస్యవుంది. బాగా చదువుకున్న తల్లిదండ్రులుకూడా పిల్లల చిన్నతనం నుంచీ వాళ్ళ చదువుసంధ్యలనుగూర్చి అనవసరంగా ఆదుర్దా

పడతారు. వాళ్ళను ఆటలాడుకోనివ్వక వొత్తిడిచేసి, యితర పిల్లలతో పోటీకినిలబెట్టి, ప్రత్యేక బోధనయేర్పాట్లుచేసి బుద్ధినంతా పాఠ్యాంశాలపై మళ్ళించటానికి ప్రయత్నిస్తారు. అలాంటి పిల్లలకు సంపూర్ణాభివృద్ధి పొందటానికి కావలసిన అవకాశాలు లభించవు. చాలమంది తల్లిదండ్రులకు యీ విషయంలో మనశ్శాస్త్రవేత్త సలహా అవసరం. విద్యా సాఫల్యానికి, జీవితంలో సఫలీకృతం కావటానికి దగ్గర సంబంధమున్నదని కొందరి అభిప్రాయం. మరికొందరు యీ రెండు ఒకటే నంటారు.

మానసికఆరోగ్యంతో ప్రమేయంవున్న అంశాల నన్నిటినీ ఇక్కడ ప్రస్తావించటం సాధ్యమైన పనిగాదు. వాటిలో కొన్ని యీ క్రిందివి. తల్లిదండ్రులకు అమితమైన ఆదుర్దా, ఆందోళన, భయంవుంటే వాటి ప్రభావం బిడ్డలపై తప్పకుండా పడుతుంది. బిడ్డల శారీరక ఆరోగ్యాన్నిగూర్చి స్వాభావికంగా జాగ్రత్త పడతారు. పిల్లలకు చిన్నచిన్న జబ్బులు యేవో వస్తూనేవుంటాయి. కాని చిన్నజబ్బు వచ్చినపుడల్లా, దెబ్బతగిలినపుడల్లా తల్లిదండ్రులు స్థిమితాన్ని కోల్పోయి కలవరపడితే పిల్లలకు అనవసరమైన భయాలు పట్టుకుంటాయి. జీవితంలో వ్యాధి, బాధ సాధారణమైనవి. వాటినిచూసి భయపడితే ప్రయోజనంలేదు. అలాంటి సమయాల్లో ధైర్యంకావాలి. పిల్లలలో అలాంటి అనుభవాల పట్లసరైనవైఖరిని పెంపొందించాలి. వాళ్ళకు ఆత్మవిశ్వాసం పెరగాలి. అలాంటి అనుభవాలను లెక్కచెయ్యకుండా తిరిగేటట్లు తయారుకావాలి. చాల యిండ్లలో పిల్లలకు యీ

భయాలు తల్లిదండ్రులద్వారా అంటుతాయి. జీవితంలో తరచూ అడ్డంకులుగా నిలచే పిచ్చిభయాలు తల్లిదండ్రుల నుండి సంక్రమించిన వే.

ప్రవర్తనా సమస్యలు:

ఏ కారణంచేతనైనా బిడ్డ మానసిక ఆరోగ్యానికి దెబ్బతగిలితే ఒక ప్రత్యేకమైన ప్రవర్తనా సమస్య వుత్పన్న మవుతుంది. వస్తువులను నాశనంచేయటం, దౌర్జన్యం చేయటం, చెప్పినదానికి వ్యతిరేకంగా ప్రవర్తించటం, తిరుగు బోతుతనం మొదలైనవి ప్రవర్తనకు సంబంధించిన సమ స్యలు. ఈ సమస్యలన్నిటినీ యిక్కడ చర్చించటానికి వీలు లేదు. దానికి పిల్లల ప్రవర్తనవిషయంలో సలహాలిచ్చే నిపుణులసహాయం అవసరం. అలాంటిసమస్య వచ్చినపుడల్లా, బిడ్డను అర్థంచేసుకుని సానుభూతి చూపాలి. అవి యేవో అల్లరిచిల్లర చేష్టలని వాళ్ళను శిక్షించగూడదు. ఈ సమస్యల వలన బిడ్డ యేదో ఆంతరంగికమైన లోపంతో, సంఘర్షణతో సతమతమాతున్నాడని, తత్ఫలితంగా మానసిక ఆరోగ్యం చెడిపోయిందని తెలుస్తుంది. అలాంటప్పుడు తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులుగూడ చికాకుపడకుండా పిల్లవాడి ప్రవర్తనలో లోపం రావటానికి కారణమేమిటో తెలుసుకు నేందుకు ప్రయత్నంచేయాలి. ఇంట్లోగాని, బళ్ళోగాని పిల్లవాడిని సరిగా చూడకపోతే పెద్దవాళ్ళ అధికారాన్ని వాడు ప్రత్య క్షంగా ధిక్కరించడు. కాని ఆ భావం ప్రవర్తనలో కనిపి స్తుంది. పిల్లవాడి అసంతృప్తి, ఆక్షేపణ విపరీతప్రవర్తన

రూపంలో బయటికి రావచ్చు. ఒకప్పుడు వాడి శ క్తిసామ ర్థ్యాలకు తగినట్లుగా తృ ప్తికరమైన కార్యకలాపాలు లేక పోయినా ప్రవ ర్తన మారవచ్చు. ఎదిగినపిల్లల ప్రవ ర్తనవిష యంలో వచ్చే సమస్యలు చాల తీవ్రంగా వుంటాయి. కొంతమందికి న త్తివస్తుంది. కొంతమందికి యే వస్తువు కన పించినా దొంగిలించాలనే బుద్ధి ఏర్పడుతుంది. మరికొంత మంది నిద్రలోనే నడుస్తారు. అవి మానసిక వ్యాధులు. వాటికి మానసిక చికిత్స యివ్వాలి. బిడ్డకి ర క్తవిరోచనాలు పట్టు కుంటే వాడిని తిట్టం, యెగతాళిచేయం, దండించం. అదే విధంగా మానసికవ్యాధి పట్టుకున్నవాడిని యెగతాళి చెయ్య కూడదు. శిక్షించగూడదు. లేకపోతే అది క్రమశిక్షణ లోపంవల్ల వచ్చిందని భావించగూడదు.

యవ్వ న ద శ :

ఈ దశను సాధారణంగా శరీర సాంగోపాంగవికా సంతో ముడిపెడతారు. లైంగిక ప్రవృ త్తికి సంబంధించిన గ్రంథులు యితర అవయవాలు పూర్ణ వికాసం జెందటానికి చాలకాలం పడుతుంది. ఆ అవయవాలు సరిగా పనిచేయ టానికి సిద్ధమయేసరికి యవ్వనం ఆరంభమవుతుంది.

ఈ దశ ఆరంభమయేసరికి కొన్ని స్పష్టమైన, శారీరక మైన, మానసికమైన మార్పులు వస్తాయి. ఇది బాల్యదశ అంతంలో మొదలిడి వయోజనదశ ఆరంభంవరకు వుంటుంది. శారీరకపరిణామాలు అందరికీ ఒకే వయస్సులో రావు. ఆర్థిక పరిస్థితులు, సాంఘికవ్యవస్థతీరు యువకునిమనస్సులో

తీవ్రమైన ఆందోళన కలగజేస్తాయి. ఉద్వేగప్రకోపనం కలుగుతుంది. చికాకు, అశాంతి రేగుతాయి. ఈ పరిణామాలను చూచి అతడు గాబరాపడతాడు. అప్పుడు ఉత్పన్నమయే సమస్యలు నాలుగురకాలు: (1) పెద్దవాళ్ళపై ఆధారపడకుండా నిలబడటం, (2) యుక్తమైన వృత్తిని యెన్నుకోవటం, (3) తృప్తికరమైన వైవాహికసంబంధం యేర్పాటు చేసుకోవటం, (4) యుక్తమైన జీవనతత్వాన్ని యేర్పరచుకొనటం.

ఇంటిఅదుపాజ్ఞలనుండివిడుదల: (Liberation fromHome)

యవ్వనదశ అస్థిరమైనది. బాల్యదశలో యింటితో రాగబంధాలు బలంగావుంటాయి. అవి వ్యక్తికి పట్టుకొమ్మలాగా పనిచేస్తాయి. ఈ దశలో కుటుంబంలోని వాళ్ళతో తృప్తికరమైన సంబంధాలుండాలి. ఎల్లప్పుడూ తల్లిదండ్రుల పర్యవేక్షణ అవసరం. కానీ వ్యక్తివికాసానికి యీ బంధాలు త్వరలోనే సడలింపబడాలి. ఈ దశలో వ్యక్తి ఒక కాలు ఇంట్లో మరొకటి బయట మోపుతాడని చెప్పవచ్చు. తల్లిదండ్రులూ ఉపాధ్యాయులూ తెలివిగావుండి పరిస్థితులను సానుభూతితో అర్థంచేసుకుంటే తప్ప అప్పుడుండే చంచలమైన పరిస్థితులమూలంగా వ్యక్తిలో తీవ్రమైన సంఘర్షణ రేగవచ్చు. ఒక విషయం స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. అప్పటివరకు తల్లిదండ్రులమీద పూర్తి విశ్వాసాభిమానాలు చూపిన పిల్లవాడు క్రమంగా తనతోటివాళ్ళంటే యెక్కువ విశ్వాసం కనబరుస్తాడు. ఈ తిరుగుబాటు పూర్తిగా అవాంఛ

నీయమైనదిగాదు. ఇంటితోవుండే బంధాలలోనుంచి వ్యక్తి మానసికంగా బయటపడాలి. ఈ ప్రక్రియ క్రమేపి తల్లిదండ్రుల సహకారంతో జరగాలి.

ఈ ప్రక్రియ అవశ్యకతను ఆధునికులకంటె ఆదిమ జాతివాళ్ళు బాగా అర్థంచేసుకున్నారనిపిస్తుంది. వాళ్ళలో జీవితంలో నూతన దశను సూచించటానికి అనేక కర్మకాండలున్నాయి. (Initiation ceremonies). అవి వ్యక్తిలో స్వాతంత్ర్యభావం, వ్యక్తిత్వం పెంపొందిస్తాయి. తల్లిదండ్రులలో బిడ్డను స్వేచ్ఛగా వదలిపెట్టేందుకు యిష్టతను కలగజేస్తాయి. ఉదాహరణకు అట్టి ఒక జాతిలోవుండే ఆచారాలను చూద్దాం. ఆ రోజు కార్యక్రమం యిలావుంటుంది. ఆ తెగలోని సభ్యులందరూ నిర్దేశించిన స్థలంలో చేరుతారు. పిల్లవాడు, అతనితండ్రి అర్ధచంద్రాకారంలోపల నిలబడతారు. ఆ తెగనాయకుడి ఆధ్వర్యాన మిగతావాళ్ళందరూ అర్థచంద్రాకారానికి బయట నిలబడతారు. సాంప్రదాయసిద్ధంగా కొన్ని నృత్యాలూ క్రీడోత్సవాలు జనుగుతాయి. తరువాత తండ్రి పిల్లవాడిని అర్థచంద్రాకృతిలోనుంచి బయటికి నెట్టివేస్తాడు. దాని అర్థం, అప్పటివరకు పిల్లవాడు ఫలాని యింటికి ఫలాని తల్లిదండ్రులకు చెందినవాడయితే, అప్పటినుంచి మొత్తం తెగకి చెందినవాడవుతాడు. నాటినుంచి అతడా తెగలో పూర్తిబాధ్యతగల సభ్యుడవుతాడు. తెగయెడల భక్తి ప్రపత్తులు చూపిస్తాడు. ఈ ఆచారంలో యవ్వనదశ వచ్చేసరికి యింటి అదుపాజ్ఞలలోనించి బిడ్డ యెలా బయటపడతాడో సూచింపబడింది. దీన్నిబట్టి ఆధు

నికులు ఒక గుణపాఠం నేర్చుకోవాలి. మన దేశంలోకూడా కొన్ని తెగలలో యిలాంటి సంప్రదాయాలున్నాయి. ఉప నయనం అంతరార్థం అదే. వటువు ఉపాదానం చేయాలి.

ఈ సాంప్రదాయాలు ఆడపిల్లలకు వేరుగావుంటాయి. ఈ సందర్భంలో మరొక ఆదిమజాతిలోని సాంప్రదాయాన్ని చూద్దాం. ఈ ప్రక్రియ జరిగేముందు ఆడపిల్లవాళ్ళకు ముఖ్య వృత్తులైన వంట, అల్లకం నేర్చుకోవాలి. అదిగాక మతాచారాలుగూడా నేర్చుకోవాలి. వాళ్ళలో ఆచారం ప్రకారం యింటికి అవసరమైన నీళ్ళు యెదిగిన ఆడవాళ్ళు తేవాలి.

దీనికి సంబంధించిన కర్మకాండ యిలావుంటుంది. ముందు మతసంబంధమైన వుత్సవం జరుగుతుంది. తరువాత ఆడపిల్ల కుండతీసుకొని పవిత్రమైన చెరువు లేక ఏరుదగ్గరకు వెళ్ళాలి. తెగలోని మిగతా పిల్లలందరూ ఆమెను పేరుపెట్టి పిలుస్తూ సౌంజ్ఞలుచేస్తూ వెనక వెళతారు. ఆమె యీ అరుపులేమీ లక్ష్యపెట్టకుండా వెళ్ళాలి. పొరపాటున వెనుకకు తిరిగిందా వుత్సవాన్ని వాయిదా వేయాల్సిందే. పైన చెప్పిన ఉదాహరణలలో యువతీయువకులు యెలాంటి దృక్పథం పెంపొందించుకోవాలో నిరూపించబడింది. వాళ్ళు బాల్యచేష్టల మీదికి దృష్టి పోనివ్వకుండా ముందు రాబోయే సాంసారిక జీవితంలో బాధ్యతతో ప్రవర్తించడం అలవరచుకోవాలి. ఈ ఆచారాలు జీవితంలోని వివిధ దశలకు సంబంధించిన బాధ్యతలపట్ల, విధులపట్ల పెంపొందించుకోవలసిన వైఖరిని అర్థం చేసుకొనేందుకు సహాయపడతాయి. యువకుడయ్యేలోపల

బాల్యదశకు సంబంధించిన అనుబంధాలనుంచి వ్యక్తి విము క్తుడు కావాలి.

వృ త్తి ఎ ం చు కొ వ డ ం:

అభ్యాసకాలంలోనే వృత్తినిగూర్చి నిశ్చితమైన భావం యేర్పడడానికి అనువైనశిక్షణ వుండాలి. మగపిల్లలలో నైనా, ఆడపిల్లలలోనైనా అధికసంఖ్యాకులు యువ్వన ప్రాదుర్భావంతో విద్యకు స్వస్తిజెప్పి యేదైనా వృత్తిచేబట్టా లని చూస్తారు. కనుక వాళ్ళు వివిధవృత్తులకు, వుద్యోగాలకు వున్న అవకాశాలనుగూర్చి వాళ్ళు తెలుసుకోవాలి. మన దేశంలో వుద్యోగంలో చేరటమంటే చాలమందికి దైవ వశాత్తు దొరికినదేదో చేబట్టటమన్నమాటే. వెనుకటిరోజు లలో దానికి కొంత అర్థంవుంది. ఎందువలనంటే ఆ రోజుల్లో అవకాశాలు తక్కువ. పోటీ చాల యెక్కువ. ఆ పరిస్థితు లిప్పుడు మారుతున్నాయి. దేశం పారిశ్రామికం కావటంచేత అనేక కొత్తవృత్తులు లభ్యమవుతున్నాయి. ఈ దశలో వృత్తినిగూర్చిన భావం పెంపొందిస్తే అది యువకునిలో జనించే స్వతంత్రభావానికి, వ్యక్తిత్వానికి దోహదకారి అవు తుంది. మనదేశంలో చాలకాలం యువజనుల విద్యాకార్య క్రమంలో యీ ప్రసక్తేలేదు. అదృష్టవశాత్తు యిప్పుడిప్పుడే దీనినిగూర్చి ఆలోచించి తగిన చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. యువకులు యీ అవకాశాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలి. ఈ దశలో తగిన శిక్షణవుంటే వృత్తిసంబంధమైన అభిరుచు లను స్థిరపరచవచ్చు.

యువజనులలో శక్త్యుత్సాహాలు పొంగి పొరలిపోతూ ఉంటాయి. అవి శారీరకమైనవి, మానసికమైనవీకూడ. వృత్తి నిర్దేశన ప్రక్రియ (Vocational guidance) సమంగా, సకాలంలో వుంటే యీశక్తి సక్రమంగా వినియోగమవుతుంది. యేసమాజంలోనైనా వ్యక్తి విలువ చాలవరకు అతని ఆర్థికస్వాతంత్ర్యం మీద, ఆర్జనశక్తిమీద ఆధారపడి వుంటుంది. ఒక నిశ్చయమైన వృత్తికోసం శిక్షణయిస్తేతప్ప అతనికి కావలసిన ఆత్మవిశ్వాసం, స్థైర్యం యేర్పడవు. వ్యక్తి తన శక్తి సామర్థ్యాలను తెలుసుకుని వాటిని అభివ్యక్తం చేయటానికి వీలుగానున్న మార్గాలను నిర్ణయించుకొనగలగాలి. విద్యార్థి తన సామర్థ్యాన్ని తెలుసుకునేందుకు ఒక వృత్తిని యెన్నుకునేందుకు తద్వారా విద్యార్థిదశలో నుంచి ఒకవృత్తిలోకి అడుగుపెట్టటానికీ వృత్తిశిక్షణ వుపయోగపడుతుంది. మనశ్శాస్త్రవేత్తలు వ్యక్తుల స్వతస్సిద్ధమైన శక్తి సామర్థ్యాల్ని తెలుసుకునేందుకు అనేక ప్రజ్ఞ పరీక్షలు (Intelligency Tests), అభిరుచి పరీక్షలు తయారుచేశారు. ఇప్పుడు ప్రత్యేకంగా వృత్తినిర్దేశనలో నిపుణులైన మనశ్శాస్త్రవేత్తలున్నారు.

అలాంటి కార్యక్రమంలో యెక్కువగా ఈ క్రిందిపరతులు వుపయోగిస్తారు. (1) ప్రావీణ్యం లేక అభిరుచి పరీక్షలు (2) ఆసక్తిపరీక్షలు (3)స్వభావము(Temperment)ను శీలమును మదింపుచేయు పరీక్షలు. (4) వైఖరి పరీక్షలు. దేశం పారిశ్రామికమవటంచేత యేర్పడ్డ వృత్తులనుగూర్చి వాటిలో గల వుద్యోగావకాశాలను గూర్చి విద్యార్థులకు తెలియాలి.

ప్రేమ, లైంగిక ప్రవృత్తి :

యవ్వనప్రాదుర్భావంచేత యువకుడివ్యక్తిత్వ వికాసంలో లైంగిక ప్రవృత్తికి ముఖ్యపాత్రవుంది. లైంగికవాంఛకుసంబంధించిన గ్రంధులు పనిచేయటంవల్ల కొత్త సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి. లైంగికేచ్ఛ పుట్టినప్పటినుండి వుంటుందని ఇప్పుడుశాస్త్రజ్ఞులుభావిస్తున్నారు. మొదట్లో అదినిశ్చయంగా వుండదు. కొన్ని అవయవాలకు మాత్రమే పరిమితమై వుండదు. అది స్త్రీ పురుషుల సంయోగంరూపంలో వుండదు. యవ్వనం వచ్చినతర్వాతమాత్రమే అలాంటి సంయోగానికి అవకాశముంది. మానవ సమాజాలన్నిటిలోను లైంగికేచ్ఛ వైవాహికసంబంధంతో ముడిపెట్టబడివుంది. అందువల్లనే యువకులు వివాహాన్ని గూర్చి ఆలోచించటం మొదలుపెడతారు. తరువాత కొన్నిసంవత్సరాలకు గాని పెండ్లికాదు ఐనప్పటికీ జీవశాస్త్రసంబంధమైన వాంఛలు వ్యక్తిలోయీ ముఖ్యసమస్యను గూర్చిన జిజ్ఞాసను రేపుతాయి. మనదేశంలో పిల్లలకు లైంగికవిషయాలనుగూర్చి బొత్తిగా యేమీ తెలియదని, వాళ్లు పూర్తిగా అజ్ఞానావస్థలో వున్నారని పరిశోధనలవల్ల తేలింది. అందువల్లనే యిప్పుడు చాల మంది యువకులకు లైంగికవిజ్ఞానం అవసరమని భావిస్తున్నారు. చాలాయిండ్లలో దీనిని రహస్యమైన విషయంగా భావిస్తారు. అలాంటి వాతావరణంలో పెరగటంచేత యవ్వనంలోవచ్చిన భావాలు, వుద్వేగాలు వ్యక్తిలో సంఘర్షణను, వ్యాకులతను భీతిని గలగ జేయవచ్చు.

మనదేశంలో సహధర్మచారులను యెన్నుకోవటం

పెద్ద సమస్యకాదు. పెండ్లికి సంబంధించిన సాంఘిక సాంప్రదాయాలున్నాయి. వాటికి యెక్కువ ప్రాముఖ్యం వుంది. తల్లిదండ్రుల యిష్టాలు చాలముఖ్యం. వివాహం విషయంలో పాశ్చాత్యదేశాల్లో యువతీయువకులకు స్వేచ్ఛ యెక్కువ. ఆసంగతి తెలుసుకున్నందువల్ల అనేకమంది విద్యావంతులు మన సంప్రదాయాలను ఖండిస్తారు. వివాహ వ్యవస్థకు సామాజిక పరిస్థితులతో సంబంధంవుంది. ఒక సమాజంలోవున్న పద్ధతులను, నిర్మాణంలోనూ ఆచార వ్యవహారాలలో భిన్నంగానున్న మరొక సమాజంలో అమలుపరచటానికి వీల్లేదు.

యువకుల అభిరుచులు :

యవ్వనదశ పరిపాకంచెందే దశకు అతి సన్నిహితంగా వుండటంచేత ఆదశలో వ్యక్తికి మానసికంగాను, శారీరకంగాను యెక్కువశక్తి వస్తుంది. అందువల్లనే యువకులు చాల వుత్సాహంగా వుంటారు. వాళ్ళకి అనేకవిషయాలమీద ఉత్సాహం, ఆసక్తి వుంటాయి.

సాధారణంగా యువకులకు యీ క్రింది విషయాలపై ఆసక్తివుంటుంది.

(1) ముఠా కార్యక్రమాలు (Gang activities):

ముఠా అంటే అవాంఛనీయమైన దనుకోగూడదు. యువకులకు ముఠాలంటె మంచి ఆసక్తివుంటుంది. ఎక్కువగా యివి ఆటలకోసం యేర్పాటవుతాయి. ఆ వయస్సులో వాళ్లు పెద్దవాళ్ళని అర్థంచేసుకోనటంకంటె ముఠా

లోని సభ్యులు ఒకళ్ళ నొకళ్ళు బాగా అర్థంచేసుకుంటారు పరిసరాలు, శిక్షణ సరిగా లేకపోతే యువతా తత్వం అవాంఛనీయమైన కార్యక్రమాలకు, నేరాలకు దారి తీసుంది. అందువల్ల యువకులకు ప్రత్యేకమైన తర్ఫీదు అవసరం. స్కౌట్, ఎన్. సి. సి. కార్యక్రమాలు యీ అవసరాన్ని తీర్చి, వాళ్లు తప్పుడు దోవ తొక్కకుండా చేస్తాయి. ఈదశలో ఆడపిల్లలకు మగపిల్లలకుగూడ ఆటలాడుకొనేందుకు యెక్కువ అవకాశాలుండాలి.ఆటలు వాళ్ళకు బాగా శారీరక వ్యాయామాన్ని కలిగించేవిగా ఉండాలి.

ఆటలు మంచి సాంఘికాచారాలను, ప్రవర్తనను,పరస్పర సంబంధాలనూ పెంపొందిస్తాయి. ఆ వయస్సులోనే పెద్దశారీరకమైన మార్పులుకూడా వస్తాయి. అందువల్ల కదలికలు వికృతంగా వుంటాయి. క్రీడా కార్యక్రమాలవల్ల పిల్లలు తమ శరీరాన్ని సక్రమంగా పెంపొందించుకుని, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పొందుతారు.

హాబీలు: (Hobbies)

యవ్వనదశలో అనేక విషయాలమీద ప్రత్యేక ఆసక్తి కలుగుతుందని పరిశోధనవల్ల తేలింది వాటిని హాబీలనవచ్చు. దానికి కారణం అధికమైన శారీరక మానసిక శక్తులు కావచ్చు. ఒక్కసారిగా వచ్చిన మానసికశక్తి విద్యద్వారా పూర్తిగా అభివ్యక్తంకాదు. అది సద్వినియోగం కావటానికి "హాబీలు" అవసరం. ఒకడు యెన్నుకునే "హాబీ" అతని పరిసరాలనుబట్టి వుంటుంది. అంటే కుటుంబంలోవుండే

సాంప్రదాయాలమీద, ఆర్థికపరిస్థితులమీద, స్నేహితుల ప్రభావంమీద ఆధారపడివుంటుంది. హాబీలవల్ల వ్యక్తికుండే విలువ పెరుగుతుంది. ప్రత్యేకంగా తనవర్గానికి చెందిన వాళ్ళతో అతనివిలువ పెరుగుతుంది. ఒకప్పుడు పిల్లవాడు తాత్కాలికంగా అనేకవిషయాలమీద ఆసక్తి కనబరచవచ్చు. అటువంటప్పుడు తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు సరైన సలహానివ్వాలి. మంచి "హాబీ" లేర్పడటం ప్రతి వ్యక్తికి అవసరం. పిల్లలందరికీ వాటిమీద ఉత్సాహం పుట్టించాలి. మనకున్న సమస్యలలో ఒకటి విశ్రాంతిసమయాన్ని సక్రమంగా వినియోగించటం. మంచి "హాబీ" వుంటే విశ్రాంతిసమయాన్ని బాగా అనుభవించగలం.

3. నైతిక ఆదర్శాలు, సంఘసేవ :

యువకులకు నైతిక ఆదర్శాలమీద ఆసక్తి పుడుతుందనీ, అది సంపూర్ణత్వం సిద్ధించేవరకు పోవచ్చునని, పరిశోధనలవల్ల తెలిసింది. పెద్దవాళ్ళు అనుసరించే రాజీపద్ధతి వాళ్ళకు గిట్టదు. వాళ్ళు ఆదర్శవాదులు. యువకుడంటే మంచి నిస్వార్థపరుడైన సంఘసేవకుడని చెప్పవచ్చు. సంఘంలో హీనస్థితిలోవున్నవాళ్ళకోసం పాటుపడాలని వాళ్ళు ఉత్సాహపడతారు. అవకాశం లభిస్తే సంఘసేవా కార్యక్రమాలలో వుత్సాహంతో పాల్గొంటారు.

మతం:

యువకులకు మతమన్నా, మతాచారాలన్నా నిర్దిష్టమైన శ్రద్ధవుందని పరిశోధనలవల్ల తేలింది. ఇది ముఖ్యంగా

యింట్లోవుండే వాతావరణంమీద ఆధారపడివుంటుంది. అలాంటి సంప్రదాయాలను పాటిస్తూ పెరిగితే వ్యక్తికి మతం మీద మంచి ఆసక్తి వుంటుంది. యువకుల ప్రవర్తనలో యీ లక్షణాన్ని పరిశీలించినవాళ్ళు మరొక విషయాన్ని గూడ గమనించారు. మతం మార్చుకోవటం మొదలైనవి యీ దశలోవచ్చే అనుభవాలవల్లనే కలుగుతాయి. వాళ్ళకు వివిధవిషయాలమీద ఆసక్తి విస్తృతమవటమే మతంమీద ఆసక్తి కలగటానికి కారణంకావచ్చు. అప్పుడే వాళ్ళ జీవితాన్నిగూర్చి నిజంగా ఆలోచిస్తారు. ఒకప్పుడు సర్వశక్తిమంతులు అనిపించిన తల్లిదండ్రులు యిప్పుడలా కనుపించరు. అనేకమందికి పాపభీతివల్ల మతంమీద ఆసక్తి పుట్టవచ్చు. యువకులకు నీతినియమాలమీద, ఆదర్శాలమీద, మతం మీద అధికమైన ఆసక్తి వుండటంచేత యీ కాలమే సరైన జీవితతత్వాన్ని అలవరచుకునేందుకు మంచి తరుణమని భావించవచ్చు. ఈ సందర్భంలో తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు వాళ్ళ ముఖ్యవిశ్వాసాలకు అనుగుణంగా మంచి శిక్షణ నివ్వాలి. ఈ దశలో మిడిమిడి జ్ఞానంవల్ల చిన్నతనంలో పెంచుకున్న నమ్మకాలను, సత్యాలను తీవ్రంగా ఆక్షేపించవచ్చు. మతాన్ని, విజ్ఞానశాస్త్రాన్ని సమన్వాయపరచటానికి కావలసిన విజ్ఞానం, మతవిశ్వాసం వాళ్ళకుండవు. తత్ఫలితంగా యేర్పడిన సంఘర్షణ వాళ్ళను బాధిస్తుంది. కాని జీవితలక్ష్యాలను సరిగా వివరిస్తే అర్థంచేసుకునే బుద్ధిబలం వాళ్ళకు వుంటుంది.

వృద్ధాప్యం :

శిశువు జీవితం దినదినగండం అంటారు. జీవితం పూల బాట కాదన్న మాట వాస్తవం. ప్రతిదశలో లోపాలు, సమస్యలు వుంటూనే వుంటాయి.

కాని ప్రతిదశలో అవకాశాలుకూడా వున్నాయి. ఈ అవకాశాలను సరిగా వినియోగించుకుంటే సమస్యలు, లోపాలు సమసిపోతాయి. జీవితం నిరాటంకంగా సాగుతుంది. వృద్ధాప్యంలో కొన్ని ప్రత్యేక సమస్యలు, కష్టాలు వస్తాయి. అప్పుడు చాలమంది జీవితం బాధాకరమవుతుంది. వాళ్ళు బాధపడటమేకాకుండా యితరులకుకూడా సుఖం లేకుండా చేస్తారు. ఆ దశలో వ్యక్తి తన పరిస్థితి సరిగా అర్థం చేసుకోవాలి. అప్పుడే సాంఘిక, ఆర్థికమైన భద్రత లోపిస్తుంది. తామెవ్వరికీ అక్కరలేదనే భావంకూడా కలుగుతుంది. ఉద్యోగాలపై స్వాధీనతపోతుంది. తమంతట తామేమీ చేయలేమనే భావం కలుగుతుంది. అలా యేదైనా చేయాలంటే తీవ్రమైన భయం వస్తుంది. ముఖ్యంగా స్వాభిమానం దెబ్బతింటుంది. ముందుజీవితంలో అనేకమంది తమని గౌరవించేవాళ్ళు, తమ మాటవినేవాళ్ళు, యిప్పుడలా చేయరు. తమకప్పుడు సంఘంలో అధికారం, హోదా వుండేవి. రిటైర్ కాగానే అవన్నీపోయినాయని భావిస్తారు చాలమంది. వాళ్ళమీద వాళ్ళకే తీవ్రమైన జాలికలుగుతుంది. తననిగూర్చి తనే జాలిపడటం జీవితంలో యేదశలోనూ మంచిదికాదు. తనమీద తనే జాలిపడటానికి పైన

చెప్పిన భయాలు, భద్రతారాహిత్యం తోడైతే, ఆ వ్యక్తికి, అతనితో సంబంధంవున్నవాళ్ళందరికీ దాని ఫలితం దుర్భరంగా వుంటుంది. అందువల్లనే వృద్ధులుకూడా తమశక్తి తగినట్లుగా యేవో పనిపాటలు చేయాలి. "హాబీలు", సంఘసేవా కార్యక్రమాలు, క్లబ్బు కార్యకలాపాలు జీవితోత్సాహాన్ని నిలబెడతాయి. జీవితంమీద విశ్వాసం ముఖ్యం. అది మతవిశ్వాసంమీద, దైవభక్తిమీద ఆధారపడివుండాలి. అలాంటి తత్వం మానసికదౌర్బల్యంవున్నవాడినైనాసరే సుఖంగా జీవించేటట్లు చేస్తుంది.

3. వ్యక్తి - సంఘము

ఒక వ్యక్తికి మానవుడనే పేరు తోటిమానవులతో కలసి వున్నపుడుమాత్రమే సార్ధకమవుతుంది. వ్యక్తిజీవితంలో సాంఘికసంబంధాలకు చాలయెక్కువ ప్రాధాన్యంవుంది. ఈ మాట యేమాత్రం అత్యుక్తిదోషంలేకుండా చెప్పవచ్చు. ఇతరుల సాహచర్యం లేకుండా పెరిగిన వ్యక్తిజీవితాన్ని వుహించలేం. అటువంటివాడు జంతువులాగా బ్రతకవచ్చు. మానవుడని మాత్రం అనిపించుకోలేడు. సంఘంతో పొత్తులేకుండా వ్యక్తి జీవితం సాధ్యంకాదు.

వివిధ సాంఘిక శక్తుల దోహదంతో మనం పెరుగుతాం. ఆవిధంగా సంఘం ప్రాముఖ్యం ధ్రువపడింది. తాను పుట్టి పెరిగిన సంస్కృతి ప్రభావం వ్యక్తిమీద తప్పకుండా వుంటుంది. పైకి స్పష్టంగా కనుపించకపోయినా తోటివాళ్ళ ప్రవర్తన, విశ్వాసాలు వ్యక్తి వికాసానికి తోడ్పడుతాయి. మనం సంఘంలో పూర్తిగా కలసిపోవటంచేత దానినిగూర్చి అసలు ఆలోచించం. పుట్టినదగ్గరనుంచి వ్యక్తి సంఘం చెప్పుచేతలలో వుంటాడు. ఈ విషయాన్నిగూర్చి ఒక మానవ శాస్త్రజ్ఞుడు (Anthropologist) యీ క్రింది విధంగా చెప్పాడు. మొదట్లో వ్యక్తి సంఘంలో పారంపర్యంగా వచ్చిన ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా నడుచుకుంటాడు. పుట్టిన క్షణంనుంచీ ఆచార వ్యవహారాలు జీవితానుభవాలు ప్రవర్తనను తీర్చిదిద్దుతాయి. మాటలు వచ్చే

సరికి తన సంస్కృతికి ఒక చిన్న ప్రతినిధి అవుతాడు. పెరిగి పెద్దవాడై సాంఘిక కార్యకలాపాలలో భాగస్వామి అయే సరికి ఆ సంఘం అలవాట్లే అతని అలవాట్లు అవుతాయి. సంఘం విశ్వాసాలను స్వీకరిస్తాడు. సంఘంలో అసంభవాలుగా భావింపబడే విషయాలు అతనికీ అసంభవాలవుతాయి.

సాంఘిక కూటములు (Social groups):

సాంఘిక జీవితంలో ముఖ్యంగా చెప్పవలసినవి సాంఘిక కూటాలు. ప్రతి వ్యక్తి అనేక సాంఘిక కూటాలలో సభ్యుడు. పెరుగుతున్న కొద్దీ, కుటుంబంలో అతనిస్థానం మారుతున్నప్పటికీ, యెప్పుడూ అతడు తన కుటుంబంలో సభ్యుడు. ఒకడు ఒక సమాజంలో కాని, వలసలో కాని, రాజకీయవర్గంలో కాని, కార్మికసంఘంలో కాని, కళాశాలలో కాని, బడిలో కాని సభ్యుడు కావచ్చు. అతని ప్రవర్తనపై వీటిప్రాబల్యం యెప్పుడూ వుంటుంది. వ్యక్తిప్రభావం కూడ కూటమిమీద వుంటుంది. కూటాలలో నిర్మాణంలో, కార్యకలాపాలలో, అవి నిలచియుండే కాలంలో అనేక తేడాలున్నాయి. అందువల్లనే మనశ్శాస్త్రజ్ఞులు కూటాలను తరగతులుగా విభజించి పరిశీలించటానికి అనేక లక్షణాలను పరిగణించారు.

కూటమి నిర్మాణం :

ఒక కూటమి నిర్మాణంలో అనేక వైలక్షణ్యాలు ఉంటాయి. వీటిని ఆధారంగా చేసుకొని మనశ్శాస్త్రజ్ఞులు

కూటాలను వర్గీకరించారు. ఒకవిభజన పద్ధతిప్రకారం, కూటమి రెండురకాలు: (1) ప్రాథమికకూటాలు, (2) సెకండరీ కూటాలు. ప్రాథమిక కూటంలో సభ్యులు చాల సన్నిహితంగా వుంటారు. కూటమి నిర్మాణం చాల నిశ్చయంగా వుంటుంది. సభ్యులు భౌతికంగా చాల దగ్గరగా వుంటారు. వాళ్ళక్కడ లేకపోయినప్పటికీ అనేకరకాల సంబంధాలుంటాయి. కుటుంబం ఈ రకమైన కూటాలకు సరైన ఉదాహరణ అని చెప్పవచ్చు సెకండరీకూటం ఒక పనికోసం సమావేశమయే సభ్యులతో యేర్పాటవుతుంది. సభ్యులు యెక్కడెక్కడో వుంటారు. విందుకోసం ఒకచోట చేరిన వాళ్ళను సెకండరీ కూటమి అనవచ్చు.

కొందరు మనశ్శాస్త్రజ్ఞులు అదేభావాన్ని వెలిబుచ్చటానికి కూటాలను మరొకరకంగా విభజించారు. అవి (1) ఒకేచోట కలసివున్నవారి కూటాలు (Assembled groups), (2) చెదురుమదురుగావుండే వ్యక్తులుగల కూటాలు (Dispersed groups) వీటిలో మొదటి కూటమిలో సభ్యులంతా ఒకే జాగాలో ఒకేకాలంలో సమావేశమవుతారు. రెండవరకం కూటమిలోవుండే సభ్యులు దూరదూరంగావుండే ప్రదేశాలకు చెందివుంటారు. బహుశా వాళ్ళెప్పుడు కలవరు. ఒకవిందులోగాని, ఆఫీసులోగాని, తరగతిలోగాని కలిసేవాళ్ళను మొదటితరగతికి వుదాహరణగా చెప్పవచ్చు. ఒకేదేశపౌరులు, లేక ఒకే భాష మాట్లాడేవాళ్ళు, లేక ఒకే కులస్థులు రెండవరకం కూటమికి చెందినవాళ్ళు.

కూటమి యెడల సభ్యులకుండవలసిన ఆసక్తి ప్రపత్తుల పరిమితిని ఆధారంచేసుకొనికూడ కూటాలను ఇంకో రకంగా విభజించాడు. వీటిలో మొదటితరగతి కూటమిని సంపూర్ణ (totally inclusive) కూటమి అనవచ్చు. దీనిలో సభ్యులైన ప్రతివ్యక్తి పూర్తిగా కూటమి కే అంకితమై పోవాలి. ఒక ఆశ్రమం లేక మతంలో సభ్యులు, చాలవరకు కమ్యూనిష్టుపార్టీ సభ్యులు ఈ తరగతిలోకి వస్తారు. వాళ్ళకు యితర వ్యాపకాలేమీ వుండవని కాదు. వాళ్ళు వుద్వేగాత్మకంగా కూటమితో పూర్తిగా తాదాత్మ్యం పొందుతారు. అలా పూర్తిగా యేకీభావం పొందకుండా సభ్యత్వం సంపాదించటానికి వీలున్న కూటాలుకూడా కొన్ని వున్నాయి. వినోదసంస్థలు, సారస్వత సంఘాలు యీ కోవలోకి వస్తాయి. వ్యక్తి కార్యకలాపాలలో కొద్దిభాగం మాత్రమే వీటిలో వుంటాయి. వీటితో అతడికి రాగబంధమేర్పడదు. అటువంటి వాటిని (partially inclusive) అసంపూర్ణ కూటాలన వచ్చు. వాటిని మరొకరకంగా విభజించవచ్చు. నియమబద్ధంగా (formal) సక్రమంగా యేర్పడినకూటాలు. నియమాలతో నిమిత్తంలేకుండా ఔత్సాహికంగా యేర్పడినవి. నియమాలతో సక్రమంగా యేర్పడిన కూటాలకు నిర్దిష్టమైన సజీవవ్యవస్థ వుంటుంది. నియమాలు, నిబంధనలు వుంటాయి. అవి కొంచెం ఇంచుమించు శాశ్వతంగావుండేవి. రాజకీయపార్టీలు, మతసంస్థలు మొదలైనవి యీ తరగతికి చెందినవి. పద్ధతిలేకుండా యేర్పడిన కూటాలు తాత్కాలికంగా వుంటాయి. వాటికి క్రమమైన వ్యవస్థ, నియమావళి

వుండదు. అవి ఒక ప్రత్యేక ప్రయోజనంకోసం యేర్పడి తరువాత విచ్ఛిన్నమైపోతాయి. ఒక వినోదకార్యక్రమ ప్రేక్షకబృందం ఒక విందులో పాల్గొనేబృందం లేక ఒక గుంపు వాటికి ఉదాహరణ.

కొన్ని సాంఘికకూటాలు:-

సంఘ మనశ్శాస్త్రం (social psychology)దృష్ట్యా కొన్నికొన్నిరకాల కూటాలకు అధికమైన ప్రాధాన్యంఉంది. వాటినిగూర్చి ప్రత్యేకపరిశీలనలుజరిపారు. సంఘం(commu--nity),ప్రజాసంస్థలు (public), సాంఘికకక్ష్యలు (social classes), కులాలు (caste groups) ఇలాంటివి.

సంఘం: (Community)

సంఘ మనశ్శాస్త్రంలో యీపదానికి సాధారణంగా మన వాడుకలోనున్న అర్థంకాక, వేరేఅర్థం వుంది. మన దేశంలో సంఘ మనశ్శాస్త్రవిద్యార్థులు యీ పదం యేయే అర్థాలతో వ్యవహరింపబడుతోందో తెలుసుకోవాలి. ఈ శాస్త్రపరిభాషలో సంఘం (community) అనే పదాన్ని ఒక విలక్షణమైన మానవ సముదాయానికి వాడుతారు. ఒకే చోట వుండేప్రజలతో అలాంటి' కూటమి యేర్పడుతుంది. మన పల్లెలకు యిది బాగా అన్వయిస్తుంది. అక్కడ జన మంతా కలసి ఒకేచోట వుంటారుకాబట్టి వాటిని ముందు చెప్పిన ప్రాథమిక కూటా (Primary groups) లని కూడా అనవచ్చు. ప్రజల అవసరాలన్నీ, శారీరకమైనవి, మానసిక

మైనవి అక్కడ తీసుతాయి కాబట్టి వాటిని సంపూర్ణ (totally inclusive) కూటాలనికూడా వ్యవహారించవచ్చు. సంఘంతో వ్యక్తులు వివిధ వ్యాపకాలతో వివిధమైన పాత్రలను నిర్వహించవచ్చు. కాని వాళ్ళందరికీ ఒకేరకమైన సాంఘిక జీవనముంది. అది వాళ్ళలో యేకీభావాన్ని కలగజేస్తుంది.

పట్టణాలను అంటివుండే కాలనీలు యీ 'సంఘం' అంటే ఈ అర్థానికి కొంచెం దగ్గరగా వుంటాయి. కాని అక్కడ ఆధునిక వార్తావాహకపద్ధతులు ఐక్యతను చాల వరకు భగ్నంచేస్తాయి. అక్కడ వుండేవాళ్ళు ఉదయాన యిల్లువదలితే రాత్రికిగాని తిరిగిరారు. వాళ్ళకు యిళ్ళు పడక టిళ్ళుగా మాత్రమే వుపయోగిస్తాయి. నిజానికి ఆధునిక జీవన లక్షణాలలో ఒకటి సంఘాలు విచ్ఛేదంకావడమే. వసతిక శాలలు, విశ్వవిద్యాలయాలుకూడా ఈ సంఘాల తరగతిలోకి వస్తాయి. సంఘంలో సభ్యులకు సన్నిహితమైనసంబంధాలుండకపోవచ్చు. కొందరిలో స్నేహభావం లేకపోవచ్చు. మరికొందరిలో శత్రుత్వం వుండవచ్చు. కొందరికి కొందరిపట్ల మంచి సహానం వుండవచ్చు. మరొకళ్ళంటే అసహానం ద్వేషం వుండవచ్చు. కాని అందరికీ ఒక భావంమాత్రం స్థిరంగా వుంటుంది. తామంతా ఒక కూటమికిచెందినవాళ్ళు మనేభావం వుంటుంది. కూటమిలోనివాళ్ళు తమవాళ్ళు యితరులు బయటివాళ్ళు అనేభావం. ఒక సంఘంలోవాళ్ళకి యితర సంఘాలవాళ్ళంటే పోటీభావం, శత్రుత్వభావం వుంటాయి.

ప్రజాసంస్థలు (Publics):

ప్రజా (పబ్లిక్) సంస్థలు అనేకరకాలు. కొంతమంది వ్యక్తులుకలసి ఒక వుమ్మడిప్రయోజనంకోసం, లేక ఒకే దృష్టితో, భావోద్వేగంతో కూటమిని యేర్పాటుచేస్తే దానిని "పబ్లిక్" లేక ప్రజాసంస్థ అంటారు. దైనిక జీవితంలో యేప్రయోజనంకోసమైనాయిలాంటికూటమి యేర్పడవచ్చు. కనుక ఇట్టిసంస్థలు ఎన్నయినా ఉండవచ్చు. మనుష్యుల అభిరుచులు, వైఖరులు మారుతూవుంటాయి. ఒకే వార్తాపత్రిక చదివేవాళ్ళంతా ఒక సంస్థగా యేర్పడవచ్చు. ఏ రాజకీయ, సాంఘిక, ఆర్థిక సమస్యలమీాద ఒకేదృక్పథం కలిగినవాళ్ళంతా ఒక సంస్థగా కూడవచ్చు. మొత్తంమీాద యీాపదానికి నిర్వచనం చాల అస్పష్టంగావుంది

పబ్లిక్ సంస్థ యెప్పుడూ ముందుచెప్పినవాటిలో సెకండరీ కూటాలకు చెందివుంటుంది. రెండవ విభజనపద్ధతి ప్రకారం చెదురుమదురుగా వుండే జనం యేర్పాటుచేసుకున్న కూటమి అవుతుంది. దానికి సంపూర్ణత్వంలేదు. ఏదో ఒక ప్రయోజనంకోసంమాత్రమే వ్యక్తి పబ్లిక్ సంస్థలోసభ్యుడౌతాడు. తనకాలం, శక్తి కొంతమాత్రమే దానికోసం వినియోగిస్తాడు. నిజానికి ఒకవ్యక్తి ఒకేకాలంలో అనేక "పబ్లిక్" సంస్థలలో సభ్యుడు కావచ్చు. రేడియో, వార్తాపత్రికలాంటి వార్తావాహకసాధనాలకు వీటిని సృష్టించడంలో ప్రముఖపాత్ర ఉంది. అలాగే రోడ్డుమీాద వుపన్యసించే వక్తలకుగూడ వీటి నిర్మాణంలో ప్రాముఖ్యం వుంది.అవి శాశ్వత

మైనవి కావు. వాటిలో యెక్కువభాగం యీరోజు కను పించి రేపు మాయమవుతాయి.

సాంఘికవర్గాలు (Social classess):

ఒక దేశ పౌరులందరూ న్యాయశాస్త్రం, రాజ్యాంగ దృష్టిలో సమానులని ప్రజాస్వామ్యం వుద్బోధిస్తుంది. ఇలాంటి భావాలు ప్రచారంలోవున్నా ప్రతిచోటా ఒకరూపంలో కాని మరోరూపంలో కాని, సాంఘికవర్గా లున్నాయి. కనుక సంఘ మనశ్శాస్త్రంలో వీటి నిర్మాణాన్నిగూర్చి తెలుసుకోవడం అవసరం. సాంఘికవర్గాలు వృత్తిపై ఆధారపడివుంటాయి. వృత్తికి ఆర్థికపరిస్థితితో సన్నిహితసంబంధం వుంది. అందు వల్లనే, వర్గమంటే ఐశ్వర్యాన్ని:ఉత్పత్తిచేయటంలోనూ, పంపకం చేయటంలోనూ కొందరు ప్రజలు నిర్వహించే పాత్ర అని నిర్వచిస్తారు. వృత్తినిబట్టి వర్గాలేర్పడటం స్వాభా వికమే. వ్యక్తి జీవితంలో వృత్తికి చాలా ప్రాముఖ్యంవుంది. ఒకే వ్యాపకంలోగాని, వృత్తిలోగాని వున్న ప్రజలకు ఒకే రకమైన భావాలు, అలవాట్లు, అభిరుచులు యేర్పడుతాయి. అటువంటి వర్గాలలో వుండే సభ్యులకు విలక్షణమైన సంబంధ బాంధవ్యాలుంటాయి. తెగయొక్క అంతస్థునుబట్టికూడా వర్గాలేర్పడవచ్చు.

కులవర్గాలు (Caste groups):

మనదేశంలో కులభేదాల ననుసరించి యేర్పడిన వర్గాలకు యెక్కువ ప్రాధాన్యత వుంది. ఇప్పుడు దేశంలో

ప్రజల భావాలు కులవ్యవస్థకు విరుద్ధంగా వున్నప్పటికీ, సాంఘిక జీవితంలో, రాజకీయరంగంలో కులానికి ప్రాబల్యం వుంది. కనుక మనదేశంలో సంఘ మనశ్శాస్త్రం అభ్యసించేవాళ్ళు ఈ కులవర్గాల నిర్మాణాన్ని, స్వభావాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. వేరే యేకారణంచేత కాకపోయినప్పటికీ కులవ్యవస్థ చాల పురాతనమైనదనటంచేత దాని కెక్కువ ప్రాముఖ్యం వుంది. కులం అనే భావం మనకు బాల్యంలోనే మనస్సుకి హత్తుకుంటుంది. అందుమూలంగా అకారణ ద్వేషాలు, దురభిప్రాయాలు యేర్పడుతాయి. ఒక కులంలో సభ్యులకు ఆ కులమంటే వుద్వేగయుతమైన అనుబంధ మేర్పడుతుంది. కులం పైన చెప్పిన ప్రాథమిక కూటాల కోవకు చెందదు. కులంలోనే వ్యక్తి అవసరాలన్నీ తీరవు కాబట్టి అది కొంతవరకే సంపూర్ణ వర్గ మవుతుంది. కాని దానికి శాశ్వతత్వమున్నది.

వర్గాలన్నిటిలో ముఖ్యమైనది కుటుంబం. మన దేశంలో కుటుంబానికి యెలాంటి ప్రాముఖ్యం వుందో వేరే చెప్పనక్కరలేదు. ఇతర దేశాలలోకూడ కుటుంబం సంఘ నిర్మాణానికి ప్రాతిపదికలాంటిది. సంఘ శాస్త్రజ్ఞులు ఒక సమాజం నిలకడ కుటుంబ జీవితసౌష్టవం పై ఆధారపడివుంటుం దంటారు. మనశ్శాస్త్రజ్ఞులు వ్యక్తుల మానసిక ఆరోగ్యం, సంఘంపట్ల వాళ్ళవైఖరికూడ కుటుంబంమీదనే ఆధార పడివుంటాయని భావిస్తారు. బిడ్డ వ్యక్తిత్వ వికాసానికి ఇల్లు యెంతవరకూ కారణమో ముందే చూశాం. సంఘశ్రేయస్సుకే కాకుండా అనేక అనర్థాలకుగూడ గృహపరిస్థితులే

కారణభూతమవుతాయని పరిశీలనవలన తెలిసింది. అకారణద్వేషాలకు గృహపరిస్థితులే కారణం. గృహం ప్రేమానురాగాలకు నిలయమైతే తల్లిదండ్రులు సంఘంలో ప్రయోజకులుగా తమపాత్రను తృప్తికరంగా నిర్వహించగలుగుతారు. అలాంటి వాతావరణంలో పెరిగిన పిల్లలు సత్ప్రవరులవుతారు. ఒకవ్యక్తి సంఘంతోను తోడివాళ్ళతోను యేర్పాటు జేసుకునే సంబంధ బాంధవ్యాలు చాలవరకు మొదట అతనికి తన కుటుంబంలో తల్లిదండ్రులతోనూ, తోబుట్టువులతోనూ వున్న సంబంధ బాంధవ్యాలమీద ఆధారపడివుంటాయి. గృహ మొక పాఠశాల. దేశంయొక్క సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను వ్యక్తికి గృహమే అందజేస్తుంది. సాంఘిక స్థిరత్వం దాని ఫలితంగా వ్యక్తికేర్పడే భద్రతాభావం చాలవరకు అతడు సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను స్వీకరించటంమీద ఆధారపడివుంటుంది మన దేశంలో యిప్పటికీ పూర్వాచారాలమీద విశ్వాసం వుంది. మత విశ్వాసాలకు, ఆచారాలకు గృహమే ఆటపట్టు. పండుగలలో కుటుంబంలోని వాళ్ళంతా కలసి పూజచేస్తారు. బిడ్డ పుష్టిగల పౌరుడుగా తయారవటానికి కుటుంబంలో యిచ్చే శిక్షణ కారణం. అందువల్ల కుటుంబవ్యవస్థను జాగ్రత్తగా కాపాడాలి.

సంఘంలో అన్యోన్య సంబంధాలు (Social interaction):

ఒక వర్గంయొక్క స్వభావ మెలాంటిదైనా వ్యక్తులనందరినీ కూడగట్టేందుకు దానికొక ప్రేరకశక్తి వుండాలి.

మానవుల జీవితావసరాలే ఈ ప్రేరకశక్తులుగా

ఉపకరిస్తాయి. ఈ అవసరాలకు వ్యక్తిత్వపులక్షణాలకు సంబంధము వుంది. నిజానికి ఈ రెండిటినీ విడదీయటం కష్టం. వాటికి అలాంటి అన్యోన్య సంబంధం వుంది. సాంఘిక అన్యోన్యత అంటే ఒక వర్గాన్ని సంఘటితపరచటానికి కావలసిన ప్రేరక శక్తి అనవచ్చు.

సంఘ మనశ్శాస్త్రజ్ఞులు ఈ సాంఘిక అన్యోన్యతను నాలుగు అంశాలుగా విభజించి పరిశీలించారు. అవి సంఘర్షణ (conflict). సహకారము (cooperation), పోటీ (competition), సమాధానపద్ధతి(accomodation). సంఘర్షణలో వ్యక్తి విరోధభావంతో తన శక్తినంతా ప్రత్యర్థులను పడగొట్టటానికి వినియోగిస్తాడు. యుద్ధంలో జరిగేదదే. దౌర్జన్యం మానవులలోని ముఖ్యప్రేరణలలో ఒకటి. పిల్లల పోట్లాటలలో కూడా యిది ప్రత్యక్షంగా కనుపిస్తుంది. సాధారణ వర్గాలలో, వర్గం క్షేమంకోసం సంఘర్షణలు తగ్గించటానికి ప్రయత్నిస్తారు. పోటీలో అలాకాకుండా వ్యక్తులు ఒకేలక్ష్యాన్ని సాధించటంకోసం ఒకేవిధమైన కృషిచేస్తారు. పోటీ వ్యక్తిగతమైనది. ఒకప్పుడు ఒకవర్గం కూడా మరొకవర్గంతో పోటీపడవచ్చు. సహకారంలో ఒక లక్ష్యాన్ని సాధించటానికి వ్యక్తులు తమ శక్తిని సమీకరించి కృషిచేస్తారు. సమాధానపద్ధతిలో ఒక వ్యక్తి గాని, వర్గం గాని, మరొకళ్ళకు లోబడి వుండేటట్లు ఒప్పందం కుదురుతుంది. ఆ ఒప్పందం నిలచినంతకాలం సమాధానం పద్ధతి అమలులో వుంటుంది. లేకపోతే పోటీకిగాని, సంఘర్షణకు గాని దారితీయవచ్చు

మానవుల ప్రవర్తనకు ప్రేరకాలు :

మానవుల ప్రవర్తనకు, జంతువుల ప్రవర్తనకు గూడ యెప్పుడూ లక్ష్యం వుంటుంది. అది యెప్పుడూ కొన్ని ప్రాథమిక అవసరాలు తీర్చటానికి నిర్దేశింపబడుతుంది. వాటిలో కొన్ని శారీరకమైనవి, మరికొన్ని సాంఘికమైనవి. జంతువుల ప్రవర్తనలో చాలభాగం కొన్ని నిర్దిష్ట లక్షణాలు కలిగి వుంటుంది. సంతానోత్పత్తి క్రియలతో సహా శరీర ప్రవర్ధకమైన ప్రవృత్తులన్నింటికీ ఈ లక్షణాలుంటాయి.

ప్రవర్తన ఈ విధంగా రూపొందటం సహజాత సిద్ధాంతాన్ని (concept of instinct)కి ఆపాదిస్తారు. ఆవిధంగా అనేక సహకారాలు వ్యవహారికంలోకి వచ్చాయి. అవి ఆత్మరక్షక ప్రేరణ, లైంగిక ప్రవృత్తి, సంరక్షణ ప్రవృత్తి, వ్యక్తిత్వ ప్రకటన ప్రవృత్తి, సాంఘిక ప్రవృత్తి మొదలైనవి. అధమ జంతువులలో వున్నట్లు యివి మనుష్యులలో నిర్ణీతంగా వుండవు. మనుష్యులందరూ ఒకేరకంగా నివాసం ఏర్పరచుకోరు. వాళ్లు ప్రమాదమేదైన వస్తే యెప్పుడూ ఒకే నిర్ణీత పద్ధతిలో రక్షించుకునేందుకు ప్రయత్నించరు. జంతువులేవీ కావాలని ఆత్మహత్య చేసుకోవు. కొన్ని పరిస్థితులలో చాలమంది మనుష్యులు అలా చేస్తారు. దీనినిబట్టి చూస్తే నిజానికి మనుష్యులలో ఆత్మసంరక్షణ సహజాతం అంత బలంగా లేదేమోననిపిస్తుంది. జంతువులకు లేని మరొక లక్షణం మనుష్యులకు వుంది. కొంతమందికి బిడ్డలువుండటం యిష్టముండదు.

ప్రాథమికమైన శారీరక ప్రేరేపణల విషయంలో గూడ మానవుల ప్రవర్తనలో అనేకమార్పులు వస్తాయి. మానవుల ప్రవర్తన క్లిష్టమైనది. వాళ్ళ ప్రవర్తనలో స్వాతంత్ర్యంవుంది. శారీరకవాంఛలు మనుష్యులకు జంతువులకూ సమానమేఅయినా మనుష్యులు వాటిని ఒక విలక్షణమైన పద్ధతిలో తీర్చుకుంటారు. మనుష్యులకు జంతువులకూ ఒక ముఖ్యమైన తేడావుంది. మనిషి తన అవసరాలను తనకు యిష్టంవచ్చిన రీతిలో తీర్చుకుంటాడు లేకపోతే తాను సంఘంలో తోటివారినుండి నేర్చుకున్న పద్ధతిలో తీర్చుకుంటాడు. మనిషి మెదడు చాల పరిపక్వమైనది. అందువల్లనే అతడికి ఒక విషయం నేర్చుకోనటానికి, వివేచనకు శక్తివుంది. ఈ రెండో అతడు తన వర్గంవాళ్ళ అభీష్టానికి అనుగుణంగా చేస్తాడు. ఈ ప్రక్రియను శారీరకోద్వేగాలను సంఘానికి ఆమోదకరంగా మలచుకోవటం(socialisation) అంటారు

దీనిలోనే మంచిచెడ్డ అనే విచక్షణభావం వుంది. మనిషిలో యెప్పుడూ జీవశాస్త్రసంబంధమైన వాంఛలకు సాంఘిక నియమాలకు సంఘర్షణవుంది. ఈ సంఘర్షణ మనం సహజాతాలు(Instincts)ఆడించినట్లల్లాఆడేకీలుబొమ్మలమని నిరూపిస్తుంది. లైంగికపద్ధతులు, రతి వీటిలో మనుష్యులకు జంతువులకూ స్పష్టమైన తేడాలున్నాయి. లైంగికవిధానాలు సంఘం, సంస్కృతినిబట్టి మారుతాయి. పిల్లల పెంపకంలో గూడ లోకంఅంతటా ఒకే పద్ధతిలేదు. మనుష్యులలో తల్లి కూతురికి పిల్లలపెంపకంవిషయంలోచాల సామాన్యవిష

యాల దగ్గరనుంచీ చెప్పాలి. జంతువులకు అలాంటి అవ సరంలేదు. వ్యక్తి తన వాంఛలను సంఘానికి ఆమోదకర మైన పద్ధతిలో తీర్చుకోవాలి. అప్పుడే అతడు మానవుడుగా పరిగణించబడతాడు.

సాంఘిక ప్రేరకాలు :

శారీరకమైన అవసరాలకు తోడు మనుష్యులకు అన్యోన్యసంబంధాలవల్ల కొన్ని సాంఘిక అవసరాలుకూడా యేర్పడుతాయి. సాంఘిక అవసరాలు జీవశారీరకమైన అవసరాలకంటె యెక్కువగా సంస్కృతినిబట్టి మారు తాయి. మానవుడు సంస్కృతిని సృష్టించుకోగలడు. అదే మనిషికి జంతువుకి వుండే ముఖ్యమైన వ్యత్యాసం. మనిషి సంఘంలోవుండటంచేత కొన్ని ప్రమాణాలను, విలువలను సృష్టించుకున్నాడు. నాటిచేతనే అతడి ప్రవర్తన నిర్ణయింప బడుతుంది. కొన్ని సాంఘికప్రేరణలు శారీరకమైన అవసరా లకు విరుద్ధంగా వుంటాయి. ఈ సాంఘికప్రేరణలు శారీర కావసరాలనుసక్రమపద్ధతిలోవుంచుతాయి. భద్రత, విధేయత, వస్తుసముపార్జనము, సాంఘికవిలువలు మొ॥ సాంఘిక ప్రేర ణలు వ్యక్తివికాసానికికూడా తోడ్పడతాయి.

మనిషికి యితరులతో సాహచర్యాభిలాష వుంది. ఒకవర్గంలో సభ్యుడవటంచేత అతనికి తృప్తి, భద్రత యేర్పడుతాయి. చంటిపిల్లలలోకూడా ఈ లక్షణం కని పిస్తుంది.

మొదట్లో శిశువు తనకు సేవచేసేవాళ్ళ శారీరక

స్పర్శతో తృప్తి పొందుతాడు. క్రమేపి అది సాంఘిక సాహచర్యంగా అభివృద్ధి చెందుతుంది. మొదట్లో కుటుంబంలో సభ్యత్వంవల్ల భద్రతా భావం కలుగుతుంది. క్రమంగా సాంఘికసంబంధాలు విస్తృతమవుతాయి. వ్యక్తి వివిధమైన మతైక రాజకీయసంస్థలలో సభ్యుడవుతాడు.

ఈ సాంఘికసంబంధాలలో మనిషికి తనమాట చెల్లాలనే వాంఛవుంటుంది. ప్రఖ్యాత మనశ్శాస్త్రవేత్త ఫ్రాయిడ్ (Freud) జీవితంలో అన్నిటికంటె ముఖ్యమైన ప్రేరకం లైంగికవాంఛయని వక్కాణించాడు. ఆడ్లర్ అనే మరొక ప్రముఖ మనశ్శాస్త్రివేత్త తనవ్యక్తిత్వ ప్రదర్శనా ప్రేరకమే ముఖ్యమైనదనివాదించాడు. మనప్రవర్తనలో చాలభాగం పోటీపై ఆధారపడివుంటుంది. ఉన్నతమైన సంస్కృతులలో పోటీ చాల సూక్ష్మరూపంలో లాంఛనంగా మాత్రమే వుంటుంది. కాని తనమాట చెల్లాలనే వాంఛ యెప్పుడూ వుంటుంది.

తనమాట చెల్లాలనే భావానికి ప్రతిగా యితరులకు విధేయంగా వుండాలనే ప్రేరణకూడా వుంటుంది. మానవుడు చాలవరకు దృఢసంకల్పుని ప్రభావానికి లోనవుతాడు. అతడు అనుకరణవల్లకూడ నేర్చుకుంటాడు. ఇతరుల ప్రాబల్యానికి లోబడేస్వభావం వుండటంచేతనే యీ రెండూ సాధ్యమవుతాయి.

అతనికి వస్తుసముపార్జన చేయాలనే వాంఛకూడా వుంది. దీనిలో వ్యక్తిగతమైనవీ వర్గసంబంధమైనవీ వ్యత్యాసాలు చాలావున్నాయి. కొన్నివర్గాలలో వ్యక్తులకు పోటీపడి

డబ్బు, ఆస్తిపాస్తులు సంపాదించాలనే వాంఛవుంటుంది. బహుశా వస్తుసంపాదనవాంఛ అంతకంటె ముఖ్యమైన స్వవ్యక్తిత్వప్రదర్శనేచ్ఛవల్లనే వస్తుందేమో.

సంఘం మనుగడ కొన్ని విలువలమీద ఆధారపడుతుంది. ఈ విలువలను ఆమోదించటం అతని ప్రవర్తన లక్షణం. ఈ విలువల ప్రభావం మనిషిపై నిస్సంశయంగా పడుతుంది. సాంఘిక ప్రమాణాలను, విలువలనూ దృష్టిలో వుంచుకుంటేనే మనిషి ప్రకృతి, ప్రవర్తన అర్థమవుతాయి. ఈ విలువలవల్లనే వ్యక్తికి మానవత్వం సిద్ధిస్తుంది. అదే జంతువులకు మనుష్యులకువుండే వ్యత్యాసం.

గుంపు-గుంపుప్రవర్తన:

మానవుల ప్రవర్తన సుసంఘటితమైన వర్గాలలోనే కాక తాత్కాలికంగావుండే జనసమూహాలలోకూడా వ్యక్తమవుతుంది. ఒకవిషయంమీది ఏకలక్ష్యంగల జనసముదాయాన్ని "గుంపు" అంటారు. గుంపులోనుండే వ్యక్తులకు సన్నిహితమైన భౌతిక సంబంధం వుంటుంది. కాని ఆ సంబంధం సంఘటితమైనది కాదు. గుంపు తాత్కాలికమైనది. ఏకారణంచేతనైనా వ్యక్తులదృష్టి నాకర్షించే వస్తువు మారితే గుంపు విచ్ఛిన్నమైపోతుంది. తరచూ గుంపు ప్రవర్తనవల్ల సంఘ శ్రేయస్సుకే భంగం వాటిల్లవచ్చు. కనుక సంఘ మనశ్శాస్త్రవేత్తలు గుంపునిర్మాణం, ప్రవర్తన పరిశీలనలు ప్రధానంగా భావించి పరిశోధనలు చేస్తున్నారు గుంపు ప్రవర్తనకు యీక్రింది లక్షణాలుంటాయి.

1. గుంపు ప్రవర్తనలో తెలివితేటల ప్రమేయం వుండదు. నాయకుడెప్పుడూ గుంపు తెలివితేటలమీద ఆధారపడడు. హేతువాదానికి గాని, విచక్షణతో కూడిన సమాలోచనకి గాని అక్కడ తావులేదు.

2. జనసమూహానికి తేలికగా నమ్మే స్వభావంవుంది. ఈ లక్షణం యెంత యెక్కువగా వుంటుందో తార్కికమైన ఆలోచన అంత తక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల యేదైన తేలికగా నమ్మే గుణం ఏర్పడుతుంది. గుంపులో విచారణ లేకుండా నమ్మటం యెంత యెక్కువగా వుంటుందంటే యిద్దరు వ్యక్తులు పరస్పర విరుద్ధంగా ఒకళ్ళ తరువాత మరొకళ్లు మాట్లాడినా లేక ఒకే వ్యక్తి ఆత్మవిరుద్ధంగా మాట్లాడినా వాళ్ళు ఇద్దరినీ అభినందిస్తారు సీజరు హత్య చేయబడిన తరువాత ప్రజలను బ్రూటస్‌పై రెచ్చగొట్టటానికి ఆంటోనీ చేసిన వుద్రేకపూరితమైన ప్రసంగం తత్ఫలితంగా వాళ్లు వివేచనారహితంగా చేసిన హత్యాకాండ ఒక మంచి ఉదాహరణ అని చెప్పవచ్చు.

3. గుంపుకు వుద్వేగం చాలా యెక్కువ. ఆదిమ జాతి మానవులలోని అనాగరిక ప్రవృత్తులు గుంపులో యెక్కువగా ప్రజ్వరిల్లుతాయి.

4. గుంపుకు సహనం చాలా తక్కువ. ఈ ధోరణి ఏర్పడటానికి కారణం గుంపులో వుండేవాళ్ళకు సర్వశక్తిమంతులమనే భావం ఏర్పడుతుంది. అమితమైన బలం వుందనే భావం వుండటంచేతనే సహనాన్ని తేలికగా కోల్పోతారు.

5. గుంపులో వుండేవాళ్ళకు వ్యక్తిగతమైన బాధ్యత వుండదు. వాళ్ళు విడివిడిగా వున్నప్పుడు ఏ హింసాకృత్యాలను, క్రూరత్వాన్ని ద్వేషిస్తారో, గుంపులో ఉన్నప్పుడు వాటికే పాల్పడతారు. వాళ్ళకు పరస్పరం పరిచయం లేనప్పుడు బాధ్యతారాహిత్యం మరీ యెక్కువగా వుంటుంది.

గుంపు యేర్పడటం :

ఒకచోట వుండే వ్యక్తులందరి దృష్టిని ఆకర్షించే సంఘటన యేదైనా జరిగినప్పుడు గుంపు ఏర్పడుతుంది. వాళ్ళదృష్టిని ఆ సంఘటనపైన కేంద్రీకరింపచేయటానికి గుంపును సమీకరించడానికి నాయకుడు ఒకడుంటాడు. అతని ముఖ్యసాధనం ఆవేశపూరితమైన వాగ్ధాటి. వక్తృత్వంతో వాళ్ళను కట్టివేసి, వాళ్లదృష్టి యితర విషయాలపైకి మళ్ళకుండా చేస్తాడు. వాళ్ళ ధ్యానం భంగంకాకుండా చేసేందుకు అనేక సాధనాలు వుపయోగిస్తాడు. అలాంటి ఉపాయాలన్నీ వక్తకు తెలిసివుండాలి. నాయకుడు తన ఉపన్యాసంలో హాస్యం, అభినయం, నటన మొదలైనవి చాలా నేర్పుగా వుపయోగిస్తాడు. ఆవిధంగా ప్రేక్షకులనందరినీ సంఘటితపరుస్తాడు. సమష్టి సమస్యలనుగూర్చి, ప్రమాదాలనుగూర్చి ఆలోచించటంవల్ల, సమష్టి వైభవాన్నిగూర్చి ముచ్చటించటంవల్ల వాళ్ళను తనవశం చేసుకుంటాడు. తీవ్రమైన వుద్వేగంవల్ల గుంపులోని వ్యక్తులకు ఒకవిధమైన పారవశ్యం కలుగుతుంది. అట్లా మైమరచినప్పుడే ప్రేక్షకులు గుంపుగా మారుతారు. నాయకుడు

యేమిచెప్పినా చెయ్యటానికి సిద్ధపడతారు. నాయకుడి ప్రభావమే కాకుండా సాంఘిక సౌలభ్యం (Social facilitation) అనే ప్రక్రియకూడా గుంపు యేర్పడటానికి కారణం. కొద్దిమంది ఒకచోట గుమిగూడితే దగ్గరలో వున్న వాళ్ళంతా అక్కడికి ఆకర్షింపబడతారు. ఆ సందర్భంలో ఆలోచన, వివక్షత, తర్కము లోపించటంవల్ల సాంఘిక సౌలభ్యం యేర్పడుతుంది.

గుంపు యేర్పడటానికి యింకా కొన్ని సూక్ష్మమైన అంశాలుకూడా కారణమవుతాయి. అవి బయటవర్గమంటే ద్వేషభావం, నాయకుడంటే అభిమానం, తమ వర్గమంటే భక్తి మొదలైనవి. ఒక సందర్భంలో ...

నాయకత్వం :

సంఘ మనశ్శాస్త్రంలో వర్గనిర్మాణాన్ని పరిశీలించటం ముఖ్యమైతే, నాయకుల గుణగణాలను తెలుపుకోవటం మరీ ముఖ్యం. సుసంఘటితం కాకపోయినా సమన్వయం లేకపోయినా ఒక వర్గం సరిగ్గా పనిచేయదు. ఇది చిన్న, పెద్ద-అన్నిరకాల వర్గాలకూ వర్తిస్తుంది. ఆటలాడుకునేందుకు యేర్పడిన పిల్లల సమూహానికైనా నాయకుడు లేకుండా ఆటసాగదు.

మానవ చరిత్రలో నాయకుల పాత్ర :

మానవచరిత్రలో పెద్దపెద్ద మార్పులను తీసుకుని వచ్చి తద్వారా మానవజాతి పురోగమనానికి కారకులైన నాయకుల జీవితచరిత్రలు మానవచరిత్రలో భాగంగా

వ్రాసిపెట్టారు. తత్వవేత్తలూ, సంఘ శాస్త్రజ్ఞులూ ఈ నాయకుల పాత్రనుగురించి తదనుచరులపై వారి ప్రభావాన్ని గురించి చర్చించారు. నాయకులు చరిత్రలో సంభవిల్లే అద్భుతాలలాంటివారని, వాళ్ళు ప్రత్యేక ప్రజ్ఞాన్వితులైన మహాపురుషులని కొందరి వాదం. మహాపురుష సిద్ధాంతం (Greatmen theory) అనే ఈ సిద్ధాంతంప్రకారం కొంతమందిలో పుట్టుకతోనే నాయకత్వపు లక్షణాలుంటాయి. వాళ్లు మంచికిగాని, చెడుకిగాని, పెద్ద చరిత్రాత్మకమైన, సాంఘికమైన మార్పులను తీసుకునివస్తారు. సాంఘిక సంస్కరణలు, విప్లవాలూ అలాంటి నాయకత్వం వల్లనే సాధ్యమవుతాయి. ఈ సిద్ధాంతం ప్రకారం నాయకుడి గుణగణాలకు ప్రవర్తనకు యెక్కువ ప్రాధాన్యం వుంటుంది.

పరిస్థితులవల్ల నాయకుడు సృష్టింపబడతాడని మరొక వాదం. ఈ వాదం ప్రకారం నాయకుడు సామాన్య ప్రజల వుద్వేగాలకు, భావాలకు ప్రతిబింబం మాత్రమే. ప్రజల ఆకాంక్షలకు, అభిప్రాయాలకు నాయకుడొక కేంద్రస్థానం మాత్రమే అతడు తన అనుయాయుల భావాలను వ్యక్తం చేసే ప్రతినిధి. సాంఘిక పరిస్థితులకు ప్రాధాన్యమిచ్చే ఈ వాదాన్ని సంఘశాస్త్రిదృష్టి అనికూడా అంటారు.

ఈ రెండువాదాలలో ఏదోఒకటి ఆమోదించి రెండవ దాన్ని వదిలివేయ అవసరంలేదు. రెండు వాదాలలోనూ కొంతవరకు నిజంవుంది. గాంధీజీ దక్షిణ ఆఫ్రికా వెళ్లేసరికి అక్కడ భారతీయుల పరిస్థితి చాల దారుణంగా వుంది. వాళ్ళకు సరైన నాయకుడు లేడు.

ప్రజలనందరినీ సంఘటితపరచి ప్రభుత్వాన్ని ప్రతి ఘటించాలనే భావం ఆయనలో కలిగింది. అక్కడి పరిస్థితులే ఆయన రాజకీయాలలోకి దిగటానికి కారణం. ఆయన ఉదాత్తుడైన వ్యక్తి కాబట్టే ఆ నాయకత్వాన్ని స్వీకరించి పనిచేయగలిగాడు. కనుక నాయకుడవటానికి వ్యక్తిలో సహజంగా కొన్ని యోగ్యతలుండాలి. తరువాత పరిస్థితులు కూడ అనుకూలించాలి.

ఇతర నాయకులు:

చరిత్ర ప్రసిద్ధమైనవాళ్లు మాత్రమే నాయకులు కారు. ఏ సందర్భంలోనైనా కార్యసాధనకు నాయకుడు అవసరం. అది మనం దైనిక జీవితంలో అనేక వర్గాల, సంఘాల నాయకుల్ని చూస్తూనేవుంటాం. నాయకత్వాన్ని గూర్చి మనశ్శాస్త్రవేత్తలు చాలారకాల పరిశీలనలు జరిపారు. ముఖ్యంగా వారి వ్యక్తిత్వ వైశిష్ట్యాలు, కార్యక్రమాలు, సాంఘికంగా వారి పాత్రలు మొదలైనవాటినిగురించి సూక్ష్మ పరిశీలనలు జరిగినవి. నాయకులకు తమ వర్గంపై మంచిపలుకుబడివుంటుంది. వాళ్ళు కార్యశూరులు. శక్తి, ఉత్సాహం కలిగివుంటారు. నాయకుడు తన అనుయాయులకంటె అన్ని విషయాలలో అధికుడవవలసిన అవసరం లేదు. అందరికంటె యెక్కువ పరిజ్ఞానం కలవాడవనక్కరలేదు. శారీరకంగా పెద్ద ఆకర్షణీయంగా వుండకపోవచ్చు. మనశ్శాస్త్రపరీక్షల వలన నాయకుడు తన అనుయాయులకంటే యీ క్రింది అంశాలలోమాత్రం అధికుడని తేలింది- ప్రజ్ఞ, పాండిత్యం,

ఆత్మవిశ్వాసం, విశ్వసనీయత, స్వతస్సిద్ధమైన ప్రతిభ మొదలైనవి. సామాన్యమైన వ్యక్తులకంటె నాయకులు సాధారణంగా కొంచెంగా యెత్తగా బరువుగా నదరుగా వుంటారని తేలింది. ఆవిధంగా వాళ్ళు ఎలా ఎందుకు నాయకులయేదీ కూడా పరిశీలించారు.

కొన్ని బాలుర కూటముల్ని పరిశీలించగా నాయకులకు యీక్రింది లక్షణాలుండాలని తేలింది. (1) ఒక చోటికి వెళ్ళటానికి తోటివాళ్ళు భయపడినా తాను వెళ్ళగలిగుండాలి. (2) క్లిష్టపరిస్థితిలోకూడా ఆవేశం లేకుండా ఆలోచించగలగాలి. (3) కార్యోత్సాహుడయి వుండాలి. (4) ప్రతికూలుర యెదుట తనవర్గం గౌరవాన్ని కాపాడేవాడై ఉండాలి. (5) అనుయాయులు అతని సముక్షంలో భద్రత వుందని భావించాలి. మరియొక పరిశోధనలో యీక్రింది లక్షణాలను నిర్ణయించారు. (1) మిగిలిన లక్షణాలు సమానంగా ఉన్నా అనుయాయుల కృషిని అభినందించే నాయకుడు, అభినందించని నాయకుడి కన్న మిన్న. ఈ గుణంలేని నాయకుడు మంచి నటకుడైతే తప్ప కార్యసాధకుడు కాలేడు. యుద్ధలక్ష్యాలంటే విశ్వాసంలేనివాడు సైనికోద్యోగి కాలేడు. (2) ఇతరులకు కష్టంకలిగించే పనినైనా బాధ్యతతో చేయగలిగి వుండాలి. తెలివితేటలున్నప్పటికీ, అవసరం వచ్చినప్పుడుకూడా అధికారం, చెలాయించ లేకపోవటంచేత కొంతమంది యువకులు నాయకులు కాలేకపోయారు. కొన్ని సందర్భాలలో, క్రింది వుద్యోగస్థులతో స్నేహంగా వుండటంచేత కార్య భంగమైంది.

(3) నాయకునికి యే విషయంలోనైనా తన అనుయా యులకంటె యెక్కువ నైపుణ్యం వుండాలి.

అతనికేదో విశిష్టత వుండాలి. ఒక నావకెప్టెన్ మంచి పరిపాలనాదక్షుడవటమేకాక మంచి నావికుడైతే, తుపాకి వుపయోగించటంలో ప్రజ్ఞశాలి ఐతే అతనికి చాల గౌరవం వుంటుంది.

4. నాయకుడు ఓర్పుతో కష్టపడి పనిచేయాలి. తన అనుయాయుల శక్తిసామర్థ్యాలను తెలుసుకోవాలి. ఆత్మ విశ్వాసం కలిగివుండాలి.

నాయకుల విధులు :

నాయకుల విధులు వర్గస్వభావంమీద, లక్ష్యాలమీద ఆధారపడి వుంటాయి. ఒక్కొక్కప్పుడు నాయకుడు రెండు పాత్రలునిర్వహించాలి–లక్ష్యాలను రూపొందించటం, కార్య నిర్వహణ. వర్గాన్ని వుత్సాహపరచి కార్యోన్ముఖంగా చేయాలి. నాయకులు యీ క్రిందిపనులుగూడ చేయగలిగి వుండాలి. (1)అనుయాయులను వుత్సాహపరచాలి (2) మంచి పనిని శ్లాఘించాలి, తప్పులుంటే శిక్షించాలి. (3)అనుయాయులు వెనుకబడ్డపుడు వాళ్ళకు సహాయంచేయాలి. (4) ఆశా భంగంవల్ల కోపంవస్తే వుపశమింపజేయాలి (5) కొంత మంది వర్గంనుంచి బయటికి వెళ్ళపోతే వాళ్ళబదులు కొత్త సభ్యులను తీసుకురావాలి (6) తన అనుయాయుల సమస్య లను పరిష్కరించాలి.

నాయకులలో తెగలు :

నాయకత్వాన్నిగూర్చి అనేక పరిశోధనలు జరిగాయి. ఒక మనశ్శాస్త్రవేత్త నాయకులను మూడురకాలుగా విభజించాడు. 1. సంస్థకు సంబంధించిన నాయకులు. వీళ్ళకు పదవినిబట్టి గౌరవం వస్తుంది. పదవికి సంఘంలోవుండే గౌరవాన్ని బట్టి నాయకత్వాన్ని నిలుపుకుంటారు. 2. ప్రబలమైన నాయకులు. వీళ్ళకు వ్యక్తిగతంగా సామర్థ్యం వుంటుంది. అనుయాయులపై అధికారంచేసి నాయకత్వాన్ని నిలుపుకుంటారు. (3) తదోద్భదాత్మకమైన నాయకులు-వీళ్ళు అనుయాయులకు వుదోద్భదచేసి వాళ్ళ అభిమానాన్ని చూరగొంటారు. పైన చెప్పినవాటిలో యేనాయకత్వం శ్రేష్టమైనదో తెలుసుకునేందుకు ప్రయోగాలు జరిపారు. క్లాసులో విద్యార్థులమీద యీ ప్రయోగాలు జరిపారు. దీర్ఘకాలికమైన ఫలితాలనుబట్టి ప్రజాస్వామికమైన, వుదోద్భదాత్మకమైన నాయకత్వం శ్రేష్టమైనదని తెలిసింది కాని అన్ని సందర్భాలకూ ఒకేరకమైన నాయకత్వం పనికిరాదు. అది వర్గస్వభావంమీద, పరిష్కరించవలసిన సమస్యమీదకూడ ఆధారపడి వుంటుంది. యుద్ధంగాని పెద్దపెట్టున సంఘర్షణగాని వస్తే నిరంకుశుడైన నాయకుడు అవసరం. ఒక క్లబ్బు కార్యక్రమాలకు ప్రజాస్వామికమైన నాయకుడు కావాలి. అలాగే ప్రత్యేక ప్రయోజనంకోసం యేర్పడిన చిన్నచిన్న వర్గాలలో వుదోద్భదాత్మకమైన నాయకత్వం ఫలిస్తుంది.

4. ప్రజ్ఞలో, అభిరుచులలో, వ్యక్తులలో వ్యత్యాసాలు

గుణగణాలలో మనకు తెలిసినవాళ్ళలో వుండే భేదాలు మనకు రోజూ అనుభవంలో వున్నవే. భౌతికంగాకూడా, (సమరూపులైన కవలలు తప్ప) యే యిద్దరూ ఒకేవిధంగా వుండరు. మానసిక లక్షణాలలోకూడా భేదాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. కొందరు ఇతరులకంటె యెక్కువ ప్రజ్ఞావంతులు. కొంతమందికి ఒక ప్రత్యేక విషయంమీద అభిరుచి వుంటుంది. ఒకడికి సంగీతంలో మంచి ప్రవీణత వుంటుంది. మరొకడికి దేనిలోనూ నైపుణ్యం వుండదు. ఒకడు చేతిపనులు చేయటంలో నేర్పరి. రెండవవాడు చేతులను వుపయోగించటంలో చాల మోటు. మనశ్శాస్త్ర చరిత్రలో చాలమంది ఈ భేదాలను గమనించి వాటిని నిర్వచించటానికి, వీలైనంత సరిగా కొలవటానికిగూడ ప్రయత్నాలు జరిపారు.

మానవవ్యక్తులలో తెలితేటలలో ఉండే వ్యత్యాసాలను శ్రద్ధగా పరిశోధించారు. వాస్తవికంగా బాగా ఉపయుక్తమైన ప్రజ్ఞా పరీక్షలు వుండటంవల్ల ఇటీవలే అది సాధ్యమైంది. ప్రతిమనిషీ కొంత ప్రజ్ఞతో పుడతాడనే విషయం గుర్తింపబడింది. కాని దైనికానుభవాలనుబట్టి చూస్తే కొంతమంది యితరులకంటె ప్రజ్ఞావంతులని మనం ఒప్పు

కుంటాం. ప్రజ్ఞకు మనశ్శాస్త్రవేత్తలందరికీ సమ్మతమైన నిర్వచనం ఇవ్వటం కష్టమయింది. కాని సాధారణంగా ప్రజ్ఞ అంటే లక్ష్యశుద్ధితో నడుచుకునేందుకు, సహేతుకంగా ఆలోచించటానికి, పరిసరాలతో సక్రమంగా సర్దుబాటు జేసుకునేందుకు కావలసిన శక్తి అని ఒప్పుకుంటారు. కొంత మంది మూడురకాలైన ప్రజ్ఞనుగూర్చి ప్రస్తావిస్తారు. (1) అమూర్తమైన ప్రజ్ఞ (Abstract) — అంటే భావాలను, మాటలను, అంకెలను అర్థంచేసుకుని వుపయోగించే శక్తి; (2) యాంత్రికమైన ప్రజ్ఞ—అంటే నేర్పును నేందుకు అర్థం చేసుకునేందుకు వాటికి సంబంధించిన శారీరక యంత్రాంగాన్ని సక్రమంగా వాడుకునేందుకు కావలసిన శక్తి; (3) సాంఘిక ప్రజ్ఞ - తోటి మానవులను అర్థంచేసుకుని వాళ్ళతో వ్యవహరించేందుకు, సంబంధబాంధవ్యాలను తెలివిగా నెరవేందుకు కావలసినశక్తి. సాంకేతికంగా ఏవిధంగా నిర్వచించినా, వాస్తవికంగా ప్రజ్ఞఅంటే యేమిటో మనకందరికీ తెలుసు. అధిక ప్రజ్ఞావంతుడైనవాడు అంకెలతో చాల తేలికగా వేగంగా లెక్కగడతాడు. అతనికిభాషాజ్ఞానం కూడా అధికం. వేగంగా విషయాలను కంఠస్థం చేయగలడు. సరిగా వాదన చేయగలడు. ఇవన్నీ మనకు దైనికజీవితంలో ఉపయోగకరమైనవే.

మనుష్యులకు పరీక్షలుపెట్టి స్థూలంగా ప్రజ్ఞవిషయంలో వారిని కొన్ని తరగతులుగా విభజించవచ్చు. సాధారణ ప్రజ్ఞవుండే మనుష్యుల సంఖ్య అధికం. కాని వాళ్ళలో కూడా చాలా అంతరాలు వున్నాయి. వాళ్ళకంటె

తక్కువవున్నవాళ్ళు మానసికలోపం కలవాళ్ళు. కొంత మందిని మందబుద్ధులు (Morons) అంటారు. వాళ్ళకు చిన్న చిన్న పనులు పర్యవేక్షణలేకుండా చేసేందుకు కావలసిన శక్తివుంటుంది. అంతకంటె తక్కువవాళ్ళు వివేకహీనులు (Imbeciles). వాళ్ళు ప్రయోజకరమైన పని ఆట్టే చేయ లేరు. వీళ్ళలో అందరికంటె మెరుగైనవాళ్ళు చిన్నచిన్న రోజువారీ పనులుమాత్రమే నేర్చుకుని చేయగలరు. అదైనా పర్యవేక్షణ వుంటేనే. వాళ్ళు చదవటం, వ్రాయటం నేర్చు కోలేరు. చిన్నచిన్న సంభాషణలు చేయగలరు. వీళ్ళలో ఎక్కువమందిని, స్నానంచేయటం, తిండి తినటం, గుడ్డలు వేసుకోవటం మొదలైన స్వంతపనులు చూసుకునేటట్లుగా చేయవచ్చు. మానసికలోపం వున్నవాళ్ళలో చివరి (అథమ) తరగతివాళ్ళను శుంఠ (idiots) లంటారు వాళ్ళు వివేక హీనుల (Imbeciles) కంటే అథములు. వాళ్ళు శారీరక అవసరాలుగూడ చూసుకోలేరు. కొద్దిపాటి చిన్నచిన్న మాటలతో మాత్రమే వాళ్ళు ఉద్దేశాలను వ్యక్తం చేయ గలరు. ఇంచుమించు వాళ్ళేమీ నేర్చుకోలేరు. వాళ్ళ నేదైనా సంరక్షక సంస్థలో వుంచటం మంచిది. సాధార ణంగా తల్లిదండ్రులు వాళ్ళను నిభాయించలేరు.

సామాన్య ప్రజ్ఞకంటె ఎక్కువప్రజ్ఞ కలవాళ్ళలో గూడా మూడు తెగలున్నాయి. అధిక ప్రజ్ఞావంతులు, అత్యధిక ప్రజ్ఞావంతులు, మేధావులు. ఈ వర్గంలోనివాళ్ళు ప్రముఖులైన పండితులు, శాస్త్రిజ్ఞులు, పరిశోధకులు, తత్వ వేత్తలు అవుతారు.

వ్యక్తులలో తేడాలు, ప్రజ్ఞ, ఇవి పిల్లల చదువు విషయంలో ఎంతవరకు అన్వయిస్తాయి అన్నది ఒక వాస్తవిక సమస్య. కొంతమంది పిల్లలకు ఎంతకష్టపడినా చదువురాదు.

కాని సాధారణంగా యే తల్లిదండ్రులైనా అది స్వతస్సిద్ధంగా వచ్చిన లోపంవల్లనని గ్రహించరు. వాళ్ళ బిడ్డలను బాగా కష్టపడి చదవమని పోరు పెడతారు. ఆ కృషి అంతా వ్యర్థంకావచ్చు. కారణమేమిటంటే ఆ పిల్లవాడికి చదువులో రాణించటానికి కావలసినంత ప్రజ్ఞ లేకపోవచ్చు. తెలివితేటలు లేని పిల్లవాణ్ణి అలా ఒత్తిడిచేస్తే, చదువురాకపోగా అనేక మానసికలోపాలుకూడా బయలుదేరవచ్చు. కారణమేమిటంటే వాడికి న్యూనతాభావం, ఆత్మవిశ్వాసరాహిత్యం, పనిఅన్నా, బడిఅన్నా, తల్లిదండ్రులన్నా విరోధభావం యేర్పడవచ్చు. అటువంటివాడెప్పుడూ మంచి పౌరుడు కాలేడు.

ప్రజ్ఞలో యీ అంతస్థులను ప్రజ్ఞాపరీక్షల ఫలితాలనుబట్టి నిర్ణయిస్తారు. మొట్టమొదటి ప్రజ్ఞాపరీక్ష ఒక ఫ్రెంచిదేశపు మనశ్శాస్త్రవేత్త తయారుచేశాడు. కాని తరువాత చాలమంది మనశ్శాస్త్రవేత్తలు దానిలో అనేక మార్పులు తీసుకువచ్చి మెరుగులుదిద్దారు. ఇప్పుడు ఉపయుక్తమైన పరీక్షలు చాలా ఉన్నాయి. ఈ రోజుల్లో ప్రజ్ఞాపరీక్షలకు - ముఖ్యంగా విద్యార్థుల జీవితంలో - ముఖ్యమైన స్థానమిస్తున్నారు. విద్యావిధానాలలో ఇవి ముఖ్య సాధనాలయాయి. చాల దేశాల్లో ప్రజ్ఞాపరీక్షల ఫలితాలనుబట్టి విద్యార్థులను విశ్వవిద్యాలయాల్లోనూ, సాంకేతిక కోర్సులలోనూ చేర్చ

కుంటారు. అభ్యర్థులను ఉద్యోగాలకు తీసుకునే సందర్భంలో కూడ వీటిని ప్రయోగిస్తారు. సాధారణ పరీక్షలు చాలవరకు జ్ఞానాన్నిమాత్రమే పరీక్షిస్తాయి. కాని ప్రజ్ఞాపరీక్షలు ఒక విషయాన్ని నేర్చుకునేందుకు, జీవితంలో విధులను నెర వేర్చటానికి కావలసిన స్వతస్సిద్ధమైన శక్తిని కొలుస్తాయి. ఈ పరీక్షలలో కొన్ని భాష బాగా వచ్చినవాళ్ళకు మాత్రమే పనికొస్తాయి. ఇప్పుడు వ్యక్తులకు మాత్రమేకాక ఒక సమూహాన్ని ఒకేసారి పరీక్షించటానికి వీలైన సాధనా లున్నాయి. ప్రజ్ఞ అంటే జ్ఞానంతో ప్రమేయంలేకుండా ఒక నికి ఒక ప్రత్యేక విషయంలోవుండే సామాన్యమైన నైపుణ్యం కాబట్టి, భాషతోనిమిత్తంలేని పరీక్షలుగూడా తయారు జేశారు. ఈ పరీక్షలను, వివిధభాషలు మాట్లాడేవాళ్ళపై నైనా, కేవలం నిరక్షరాస్యులమీదనైనా ప్రయోగించవచ్చు. ప్రజ్ఞాపరీక్షల స్వభావం, వాటిప్రయోగం చాలక్లిష్టమైన సాంకేతికవిషయం. అందువల్ల ఆ విషయం తెలుసు కోవాలంటే ఇతర గ్రంథాలు చూడాలి.

ప్రజ్ఞవిషయంలో ఆడవాళ్ళ, మగవాళ్ళమధ్య, వివిధ జాతులమధ్య వ్యత్యాసాలు:

మగవాళ్ళు ఆడవాళ్ళకంటె యెక్కువ ప్రజ్ఞా వంతులా? ఈ ప్రశ్నను చాలమంది మనశ్శాస్త్రవేత్తలు వేశారు. అనేకపరిశోధనలవలన ఆడపిల్లలు ముఖ్యంగా చిన్న తరగతులలో భాషాయుతమైన ప్రజ్ఞాపరీక్షలలో మొగపిల్ల లను మించుతారని తేలింది. తరువాత క్రమంగా మొత్తం

మీద మొగపిల్లలు ఆడపిల్లలను మించుతారు. కాని సామాన్య ప్రజ్ఞాపరీక్షలలో అంటే భాషాశక్తిలాంటి యే ప్రత్యేకశక్తితోను నిమిత్తంలేనివాటివల్ల ఆడపిల్లలకూ మగపిల్లలకూ ప్రజ్ఞవిషయంలో పెద్దతేడావుండదని తేలింది.

మనశ్శాస్త్రజ్ఞులు ప్రజ్ఞలో వివిధజాతులమధ్యనున్న తేడాలనుకూడా పరిశీలించారు. ఈ పరిశోధనల ఫలితంగా, సక్రమమైన పరీక్షలుచేసిచూస్తే, వివిధజాతులప్రజ్ఞలో చెప్పుకోదగిన తేడాలేవీవుండవని భావిస్తున్నారు.

జాతులలాంటి పెద్దవర్గాలను ఒకదానితో నొకటి పోల్చగూడదు. ఏ పెద్దవర్గంలోనైనా ప్రజ్ఞలో వ్యక్తిభేదాలు ఒకేమాదిరిగావుంటాయి. అందువల్ల జాతిని ఆధారంగాచేసుకుని ఒకవ్యక్తియొక్క ప్రజ్ఞను నిర్ణయించటానికి వీల్లేదు. అదేమాదిరిగా మతం, భాష, కులం మొదలైన అంశాలనుబట్టి పెద్దవర్గాలను పోల్చగూడదు. అధికసంఖ్యాకులు నిరక్షరాస్యులుగావుండే మనదేశంలాంటి దేశాలలో ప్రజ్ఞనుపరీక్షించటంలో కొత్తసమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి. నిరక్షరాస్యులకోసం భాషతో నిమిత్తంలేకుండావుండే క్రియాత్మక పరీక్షలున్నప్పటికీ, అవి కొన్ని సాంస్కృతిక, ప్రజ్ఞలమీద ఆధారపడివుంటాయి. కనుక ఒకపరీక్షను వెనుకపడ్డ తెగమీద, అభివృద్ధిజెందినవాళ్ళమీద ప్రయోగించి, ఒక వర్గం రెండవదానికంటె తక్కువ ప్రజ్ఞగలది అని నిర్ధారణచేయగూడదు. ఆ పరీక్షావిధానాలను విద్యాసంస్థలలో రూపొందించి పెంపొందించారు. అందువల్ల క్లాసులో పెంపొందింపబడే కొన్ని జ్ఞానశక్తులతో, శిక్షణా

భ్యాసాలతో వాటికి సంబంధంవుండి తీరుతుంది. ఇందులో ఉన్నచిక్కు మనశ్శాస్త్రవేత్తలకు తెలుసు. దానిని అతిక్రమించటానికి వారు నిరంతరం కృషిచేస్తున్నారు.

అనువంశిక ప్రభావం:

ప్రజ్ఞయెంతవరకు అనువంశికము అనే ప్రశ్నకు జవాబు కోసం అనేకమంది మనశ్శాస్త్రవేత్తలు పరిశోధనలుసాగించారు. అందుకోసం మనుష్యులనేకాక జంతువులనుకూడా పరిశీలించారు. ఒకేవంశంలోని సరిసమానమైన కవలపిల్లలనువివిధ పరిస్థితులలో పరిశీలించారు. ఒకే ఇంట్లో ఒకేరకమైన పరిస్థితులలో పెంచబడ్డ సరిసమానమైన కవలలూవున్నారు. ఒకళ్ళతో ఒకళ్ళకు సంబంధంలేకుండా భిన్నవాతావరణాల్లో పెరిగినవాళ్ళనూ పరిశీలించారు. ఈవిధంగా చాలామంది కవలల్ని ప్రజ్ఞాపరీక్షలతో పరిశీలించి అనువంశిక, పరిసరాల సారూప్యప్రభావాన్ని లెక్కగట్టారు. అందువల్ల మనశ్శాస్త్రవేత్తలుసామాన్యప్రజ్ఞ చాలవరకు అనువంశీకంగా వస్తుందని ఒప్పుకున్నారు.

ఆపైన అభ్యాస శిక్షణల ప్రభావం ఎంత అనేప్రశ్న వస్తుంది. మొదటినుంచి చిన్నపిల్లలకు ఉత్తేజకరమైన తర్ఫీదు, అనుభవం కలగజేస్తే, వాళ్ళు సామాన్యప్రజ్ఞను విశేషంగా వృద్ధిచేసుకోగలరని పరిశోధనలవలన తెలిసింది. దాని అర్థమేమిటంటే మనంపరీక్షించే ప్రజ్ఞను అవకాశాలవల్ల సాధించే అభివృద్ధినుంచి విడదీయలేము.

ప్రజ్ఞాపరీక్షలలో పైనచెప్పిన చిక్కులువున్నా ఇప్పుడు

మనకులభించే పరీక్షలు, ప్రత్యేకంగా యీ క్రింది పద్ధతులలో మనకు బాగా వుపయోగపడతాయి. (1) పిల్లలచదువు సక్రమంగా జరగటానికి బాగా వుపయోగపడతాయి. తద్వారా మనం పిల్లలసామర్థ్యాన్ని అంచనాకట్టి పరిమాణంలోనూ గుణంలోనూకూడా వాళ్ళకు యుక్తమైన పని ఇవ్వవచ్చు. ఈ పరీక్షలవల్ల ఒకపిల్లవాడు తప్పటానికి కారణం సహజప్రజ్ఞాలోపమో లేక ప్రజ్ఞావినియోగలోపమో తెలుసుకోవచ్చు. వీటివల్ల ప్రత్యేకశిక్షణయిస్తే రాణించే కుఱ్ఱవాళ్ళెవరో తెలుసుకోవచ్చు. (2) వృత్తులపట్ల అభిరుచులను తెలుసుకునేందుకు, వృత్తులలోకి ఎన్నికచేసుకునేందుకు, ప్రజ్ఞాపరీక్షలు ముఖ్యంగా అవసరం. వివిధ ఉద్యోగాలకు వివిధ అంచలలో ప్రజ్ఞకావాలి. ఒకడికి ఉద్యోగానికి కావలసిన దానికంటె ఎక్కువప్రజ్ఞవుంటే వాడు వుపయోగపడకపోగా, పనికిభంగకారిగా తయారవుతాడు. అలాంటివాడికి తనుచేసే పనినుంచి నిజమైన తృప్తి ఎప్పుడూ లభించదు. అందువల్ల వాంఛనీయమైన అలవాట్లు, వైఖరి యేర్పడవు. (3) పెద్దగా కార్యనిర్వాహణశక్తిఅవసరమున్న ఉద్యోగాలకు(Managerial posts) వ్యక్తిత్వాన్ని అర్థంచేసుకోవటం ముఖ్యావసరం. అందుకోసం మనశ్శాస్త్రంలో అనేకవ్యక్తిత్వపుపరీక్షలనుతయారుచేశారు. వ్యక్తిత్వపు పరీక్షలన్నిటిలోనూ, ప్రజ్ఞను పరీక్షించటం అవసరం. ప్రజ్ఞ వ్యక్తిత్వంలో ముఖ్యభాగం. అందువల్ల ఒకడి ప్రజ్ఞనుగూర్చిన వివరాలు తెలియకపోతే, అతని వ్యక్తిత్వాన్నిగురించి కార్యదక్షతనిగురించి పూర్తిగా తెలుసుకోలేము.

అభిరుచులు, ప్రత్యేకశక్తులు:

ఒకడి వ్యక్తిత్వానికి స్వతస్సిద్ధమైన ప్రజ్ఞఒక్కటే కారణంకాదు. చాలవరకు పుట్టుకతోవచ్చే ప్రత్యేక అభిరుచులుకూడా వున్నాయి. మనదేశంలో చాలకాలం సామాన్యంగా అందరికీ ఒకేరకమైన చదువువుండేది. ఇప్పుడు అదేమంత మంచిదికాదని తెలుసుకున్నారు. పరీక్షలవల్ల, పరిశోధనలవలన వివిధవ్యాపకాలపట్ల వ్యక్తుల అభిరుచులలో తేడాలున్నాయని తేలింది. ఇద్దరుపిల్లలకు సంగీతమన్నా, పాటలన్నా సమానమైన అభిరుచివుండకపోవచ్చు. అలాగే యాంత్రికాసక్తికూడా సమానంగాఉండదు. గుమాస్తా పని చేయటానికైనా వాళ్ళకి ఒకేరకమైన శక్తిలేకపోవచ్చు. ఒకేస్థాయిలో తాము చదివినవిషయాలలో జ్ఞానంవున్నా, ఒకే ప్రమాణంలో ప్రజ్ఞవున్నప్పటికీ, ఇద్దరు పట్టభద్రులకు వస్తువుల అమ్మకంవిషయంలో సమానమైన శక్తి లేకపోవచ్చు. ఈ భేదాలను ఇప్పుడు అందరూ గుర్తిస్తున్నారు. ఒకబిడ్డయొక్క వివిధమైన అభిరుచులను అర్థంచేసుకోవటం చాలాఅవసరం. పైనచెప్పిన కారణాలవల్ల "వృత్తిసూచనము" అనే పద్ధతిని కనిపెట్టారు. ప్రతి పిల్లవాడి ప్రత్యేక వ్యక్తిత్వపు స్వభావాన్ని అర్థంచేసుకుని అదిఅభివృద్ధి కావటానికి, అభివ్యక్తం చేయటానికి దోహదంచేయటం విద్యాలక్ష్యమైయుండాలి. ఏ సమాజంలోనైనా కొంతకాలం విద్య, శిక్షణ పూర్తిఐనతరువాత వ్యక్తి ఒకవృత్తి ననుసరించాలి. ఒకడు చేబట్టే వుద్యోగమేదైనా, ముఖ్యంగా రెండు ప్రయోజనాలను సాధించాలి. (1) వాడు తన శక్తికి తగి

న్నిగా సంఘానికి వుపయోగపడాలి. (2) వ్యక్తి తనకు తాను తన శక్తులను అభివ్యక్తంచేయటానికి అవకాశం వుందనే మానసికతృప్తి పొందాలి. వృత్తిసూచనమంటే వేరే యేంలేదు. ఈ పైన చెప్పిన భావాలను విద్యాదశ లోనే అమలుపరచటమన్నమాట. పాశ్చాత్యదేశాలలో యీ పద్ధతి మనదేశాలలోకంటె ఎక్కువగా వ్యాప్తిలో వుంది. దీనిలో ప్రతివ్యక్తియొక్క ప్రజ్ఞను, ప్రత్యేక అభిరుచులను వ్యక్తిత్వపు లక్షణాలను పరీక్షిస్తారు. యువకుల సమస్యలనుగూర్చి చర్చించే సందర్భంలో యీవిషయం తెలుసుకుందాం.

అందుకోసం మనశ్శాస్త్రవేత్తలు అనేక సందర్భాలలో వుపయోగపడేటట్లు రకరకాల పరీక్షావిధానాలను రూపొందించారు. వృత్తి నిర్దేశనంకోసం (vocational guidance) యేర్పాటుచేసిన పరీక్షలలో యీ క్రిందివి చేర్చబడ్డాయి. (1) ప్రావీణ్యానికి, అభిరుచికి సంబంధించినవి, (2) ఆసక్తికి సంబంధించినవి; (3) శీలము (character)నకు సంబంధించినవి; (4) వైఖరికి సంబంధించినవి. ప్రావీణ్య పరీక్షలు విద్యాప్రమాణాలను ఒక ప్రత్యేక వుద్యోగానికి సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని నిర్ధారణచేస్తాయి. ఒకఉద్యోగం విషయంలో ఒకడికివుండే జ్ఞానాన్ని వ్యాపారపరీక్షల(trade tests) వల్ల తెలుసుకుంటారు. ఇవి ఉద్యోగంలో చేరిన తరువాత చేయవలసిన పని నమునాలోవుండాలి. ఏదో ఒక ఉద్యోగంకోసం తర్ఫీదుపొందినవాళ్ళకు యివి బాగా వుపయోగిస్తాయి. ఈ పరీక్షలను ఎక్కువగా వృత్తిలోకి ఎన్నిక

చేసుకునేందుకు, వృత్తివిషయంలో సలహాలిచ్చేందుకు వుపయోగిస్తారు.

అభిరుచి పరీక్షలవల్ల ఒకవ్యక్తికి వృత్తికి సంబంధించిన తర్ఫీదు యిస్తే అతడు ఎంతవరకు దానికికావలసిన నేర్పు సంపాదించగలిగేదీ తెలుస్తుంది. ఒక ఉద్యోగానికి సంబంధించిన వివిధమైన పనులను(job analysis) ఆధారంజేసుకుని అభిరుచిపరీక్షలు ఏర్పాటుచేస్తారు. వివిధ ఉద్యోగాలను సక్రమంగా నిర్వహించటానికి కావలసిన శారీరక మానసిక శక్తులను కొన్ని ప్రాతిపదిక, ప్రావీణ్యాల క్రింద విభజిస్తారు. అందుకోసమే యీ పరీక్షావిధానాలను రూపొందిస్తారు. వీటైతే ఈ సందర్భంలో ఒకడికి ఆసక్తివుండే విషయాలనుగూర్చి వాడి సహజధోరణి, శీలము, పనియెడల అతనివైఖరి, సంఘంలోని ఆర్థిక పరిస్థితులు మొదలైనవి తెలుసుకోవటంకూడా ముఖ్యం. వీటి పరిమాణాన్ని నిర్ధారణ చేయటానికి మనశ్శాస్త్రవేత్తలు అనేక సాధనాలు కనుగొన్నారు. ప్రణాళికాబద్ధమైన వృత్తి నిర్దేశనమంటే మాధ్యమిక విద్యకాగానే(Secondary school) యేవో అభిరుచి పరీక్షలుపెట్టి ఆవుద్యోగానికి పనికొస్తాడో లేకపోతే పనికి రాడో చెప్పటంకాదు. విద్యావిధానంలో మొదటినుంచీ దానికి స్థానంకల్పించాలి. పిల్లలకు ఇష్టముండే విషయాలు సంవత్సరం సంవత్సరానికి మారుతాయి. కనుక ప్రాథమిక దశలో ఏదో ఒకదాంట్లో ప్రవేశపెట్టగూడదు. ఆ దశలోని పిల్లల్ని ఏ పనిలో పడితే ఆపనిలో సులభువుగా వాళ్ళు చేతులను ఉపయోగించగలిగేటట్లు, ఆ ద్వారా వాళ్ళ చలనశక్తి

పెంపొందించుకొనేటట్లు ప్రోత్సహించాలి. ముందు వాళ్ళు చేబట్టబోయే అనేక పనులకు చలనాంగాలు ఉపయోగించ టంలో నేర్పు అవసరం. ఏది ఎలా ఐనా కృషిలోవున్న గౌరవాన్ని (dignitary of work) వాళ్ళు గ్రహించేట్టు చేయాలి. మాధ్యమిక పాఠశాలలో పైన చెప్పిన కార్యక్ర మాన్ని ఒక పద్ధతి ప్రకారం, విస్తృతంగా అమలుపరచాలి. పరిశీలన, అసలు పని అనుభవంద్వారా పరిశోధన కార్యక్ర మాలకు అవకాశం కల్పించాలి. ఒక క్రమబద్ధంగా వాళ్ళకు వివిధ ఉద్యోగాలకు సంబంధించిన సమాచారాన్ని అందజేసే కార్యక్రమంకూడా వుండాలి. ఈ వృత్తినిర్దేశన (vocational guidance) కార్యక్రమం ఫలితం యీ సమాచారం అందజేయుటంమీద ఆధారపడివుంటుంది. పిల్లలు ఉన్నత పాఠశాలనుండి బయటికి వచ్చేసరికి, అంతకుముందే, వాళ్ళకువిశేషంగా ఏ ఏ ఉద్యోగాలకు అవకాశముందో పూర్తివివరాలు తెలుసుకోవాలి. విద్యార్థులకు తెలియవల సిన కొన్ని ముఖ్యమైన వివరాలు: (1) పనిస్వభావం; (2) సాధారణంగా వాటికి కావలసిన అర్హతలు; (3) ప్రత్యేక శిక్షణ, నేర్పు ఏదైనావుంటే అది; (4) రాబడి; (5) ఉద్యో గాభివృద్ధికిగల అవకాశాలు మొదలైనవి. మాధ్యమిక పాఠ శాలదశలోనే విద్యార్థులకు ఏవిషయంమీద ఆసక్తివుందో, వాళ్ళ అభిరుచులు ఏమిటో తెలుసుకునేందుకు కార్యక్రమం వుండాలి. విద్యార్థులకు ముందే వివిధ ఉద్యోగాలకు సంబం ధించిన జ్ఞానం, అనుభవం వుంటేతప్ప వృత్తి విషయంలో వాళ్ళ అభిరుచి తెలుసుకునేందుకు ఏర్పరిచిన పరీక్షలవల్ల

ప్రయోజనం వుండదు. ఉన్నతపాఠశాలలో వృత్తినిగూర్చిన అభిప్రాయాలు నిశ్చయమైపోతాయి. అప్పుడు అభిరుచి పరీక్షలు తీవ్రతరం కావాలి. అభిరుచి పరీక్షలు వివిధరకాలు. ఆ పరీక్షలు అనేకరకాలుగా ఉంటాయి. విద్యావిషయకమైన అభిరుచి, సంగీతాభిరుచి, గుమాస్తాపని (clerical) మీద అభిరుచి, యాంత్రిక విషయాలపై అభిరుచి మొదలైనవి వృత్తిని ఎన్నుకోవటానికి ఉపకరిస్తాయి.

వృత్తినిర్దేశం:

వృత్తినిర్దేశనంలో ఒకవ్యక్తి ఏ ఉద్యోగానికి సరిగా పనికొస్తాడో నిర్ణయించాలి. వృత్తిని యెన్నుకోవటంలో ఒక ప్రత్యేకమైన ఉద్యోగానికి ఆ వ్యక్తిఅర్హతలు, అభిరుచులు వగైరా సరిగ్గా సరిపోతాయో, లేదో నిర్ణయించాలి.

వృత్తినిర్దేశన కార్యక్రమంలో వ్యక్తి తనప్రయోజనం కోసమే అంటే, తాను సంపూర్ణ వికాసం పొందటానికే ఆసక్తి చూపిస్తాడు. అలాకాకుండా ఉద్యోగాలకు అభ్యర్థులను ఎన్నుకునే సందర్భంలో వుద్యోగాధికారులకు మాత్రమే శ్రద్ధవుంటుంది. వాళ్ళు తమదగ్గిర ఉద్యోగం చేయటానికి యోగ్యులైనవాళ్ళు రావాలని కోరుకుంటారు. ఆ సందర్భంలో వృత్తులకు అవసరమైన నేర్పులను పరీక్షిస్తారు. ఈ పరీక్షలను వ్యాపార పరీక్షలు (Trade tests) అంటారు. ఒక్కొక్క ఉద్యోగానికీ కొన్నికొన్ని ప్రత్యేక అర్హతలు కావాలి. అవి తెలుసుకునేందుకు వివిధ సాధనాలు ఉపయోగిస్తారు. అభ్యర్థులతో ముఖాముఖి సంభాషణలను

జరిపి, వాళ్ళ భావాలను, అభిరుచులనూ, తదితర సామర్థ్యాలనూ మదింపుచేస్తారు. వ్యక్తి ఉద్యోగాన్ని యెలా నిర్వహిస్తాడో తెలుసుకునేందుకుగూడ, ఉద్యోగానికి సంబంధించిన పరిస్థితులను యేర్పాటుచేసి అక్కడ వ్యక్తి ప్రవర్తనను తెలుసుకుంటారు.

వృత్తినిర్దేశనం సక్రమంగావుంటే తరువాత వుద్యోగాలకు అభ్యర్థులను ఏరుకోవటం సులువు అవుతుంది. వృత్తి నిర్దేశనానికి మరొక వుద్దేశ్యం వుంది. దీనిద్వారా వ్యక్తి తన శక్తిసామర్థ్యాలను, లోపాలను తెలుసుకోగలడు. శక్తిసామర్థ్యాలను తెలుసుకోవటం యెంత ముఖ్యమో లోపాలను తెలుసుకోవటంకూడా అంతముఖ్యం. వృత్తినిర్దేశన కార్యక్రమాలు వ్యక్తితో సాంఘిక పురోభివృద్ధిపట్ల సరియైన వైఖరిని పెంపొందించాలి.

వ్యక్తిత్వపు లక్షణాలు:

వృత్తినిర్దేశనానికి వ్యక్తిగుణగణాలు, వ్యక్తిత్వపు లక్షణాలుకూడా తెలుసుకోవటం అవసరం. కొంతమంది స్వాభావికంగా తోటివాళ్ళతో సత్సంబంధాలు యేర్పాటు చేసుకుంటారు. వాళ్ళు ఎవళ్ళతోనైనా సులువుగా సంతోషంగా మాట్లాడగలరు. ఎవరినైనా కలుసుకోవాలంటే వాళ్ళు సందేహించరు, బిడియపడరు. సరీగ్గా దానికి వ్యతిరేక స్వభావం వున్న వాళ్ళు వుంటారు. వాళ్ళు తేలికగా కొత్తవాళ్ళతో స్నేహసంబంధాలు యేర్పాటుచేసుకోలేరు. ఇతరులతో కలసిమెలసి యుండలేరు. ఈ రెండుతరహాల

మనుష్యులూ సాధారణంగానే జీవితాన్ని గడపవచ్చు కాని ఈ రెండుతరహాలవాళ్ళూ అన్నిపనులకూ పనికొస్తారని చెప్పటానికి వీలులేదు నిస్సందేహంగా పైన చెప్పిన వాళ్ళలో మొదట చెప్పినవాళ్ళు వస్తువుల అమ్మకానికి పనికొస్తారు. రెండవ తరగతివాళ్ళు యితర వుద్యోగాలకు పనికిరావచ్చు. వస్తువుల అమ్మకంమాత్రం వాళ్ళకు చేత కాదు. వాళ్ళకు బల్లముందు కూర్చుని ఫైల్సు తిరగవేయటం, పద్దులుచూడటం తేలిక కావచ్చు. ఈ స్వాభావిక భేదాలను బట్టి స్థూలంగా మనుష్యులనుExtraverts మరియు Introverts అను రెండు తెగలుగా విభజించవచ్చు. ఒకమనిషిలో పూర్తిగా Extravert లక్షణాలుగానీ పూర్తిగాIntrovert లక్షణాలుగానీ వుండవు. ఒకడికి యెంతవరకు Extravert లక్షణాలున్నాయో, ఎంతవరకు Introvert లక్షణాలున్నాయో తెలుసుకునేందుకు పరీక్షలున్నాయి. అధికారం చూపించటంలోనూ, అణుకువగా వుండటంలోనూ, వ్యక్తులలో తేడాలున్నాయి. కొంతమంది ఎప్పుడూ తమమాటే చెల్లాలంటారు. మరికొందరు అలాగాక పరిస్థితులకు తలఒగ్గి నడుచుకుంటారు. కార్యనిర్వాహణోద్యోగి సాహసం, చొరవ, నాయకత్వం, నిర్ణయంతో ముందుకుపోవటం వుండాలి. బాగా ధాటి చూపించే లక్షణంవుండాలి. ధాటి చూపటమంటే ఎప్పుడూ యితరులతో కలహించటంకాదు. అది జీవితంలో నిరంతరంవచ్చే కష్టాలను, సమస్యలను యెదుర్కొనేందుకు అవసరమైన వైఖరిమాత్రమే. ఒక వ్యక్తిలో ఈ లక్షణాలు యెంతవరకున్నాయో అంచనా

వేయాలి. ఇలా వ్యక్తిత్వపు లక్షణాలను, గుణాలను తెలుసు కునేందుకు పరీక్షలున్నాయి. ఈ పరీక్షలు వృత్తినిర్దేశన కార్యక్రమాలలోనూ, వుద్యోగాలను అభ్యర్థులను యెన్ను కునే కార్యక్రమాలలోనూ కూడా వుపయోగిస్తున్నారు. సైన్యంలోకి ఆఫీసర్లను యెన్నుకునేందుకు యితర రంగాలలో వుద్యోగస్థులను యెన్నుకునేందుకుగూడా పాశ్చాత్యదేశాలలో ఈపరీక్షలు యెక్కువగా వుపయోగిస్తున్నారు. మన దేశంల్లోకూడా సైనికబోర్డులు ఈ పరీక్షలను వుపయోగిస్తున్నాయి.

5. మనం వస్తుజ్ఞానమెలా పొందుతాము?

బాహ్య ప్రపంచంతో మనకుండే సంబంధంమీద ఆధారపడి వుంటుంది మన జీవితం. ఆ సంబంధంద్వారానే బయటప్రపంచాన్ని గురించి మనం తెలుసుకుంటాము. అలాంటి విజ్ఞానం అత్యంత ముఖ్యం. మనకుండే విజ్ఞానాన్ని బట్టి, ఏర్పరుచుకున్న సంబంధాలబట్టి మనం మనపరిసరాలతో వ్యవహరిస్తాము. జీవితమంటే ఏమీలేదు. వివిధ పరిస్థితులపట్ల మన ప్రతిచర్యల పరంపరమాత్రమే. నాడీమండలము, జ్ఞానేంద్రియాలవల్ల పరిసరాలతో సంబంధం ఏర్పాటు చేసుకోనటమే కాకుండా మన ప్రవర్తననుకూడా రూపొందించుకుంటాము. మన చుట్టూవుండే ప్రపంచం చాల క్లిష్టమైనది. చాలా వస్తువులు అందమైనవిగానూ, అనుభవించదగినవిగానూ వుంటాయి. కొన్ని ఏవగింపు, చికాకు కలుగజేసేవిగా ఉండవచ్చు. పుష్పాలలోంచి వచ్చే సుగంధం, అందమైన ప్రకృతిదృశ్యమూ, మధురమైన రుచి, ట్రాఫిక్ ఎక్కువగావుండే చోటునుంచి వచ్చే కర్ణకఠోరమైన శబ్దాలు, ఎడతెగకుండా చికాకును కలిగించే ప్రక్కింటివాళ్ళ కుక్క అరుపు మొదలైనవీ,—ఇంకాఅనేకం కలిపితే మనచుట్టూవుండే ప్రపంచమవుతుంది. ఇలా క్లిష్టంగావుండే ప్రపంచంతో సరిపుచ్చుకుంటూ పోవటమే జీవితం. అందువలన ఇలాంటి వాటిని మనం ఏవిధంగా గ్రహిస్తున్నామనేది చాలాముఖ్యం.

బయట ప్రపంచంతో సంబంధం ముఖ్యంగా మనకి జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా ఏర్పడుతుంది. మొట్టమొదట్లో మానవుడికి వాసన, స్పర్శ, శ్రవణం, దృశ్యం, రుచి గ్రహించే పంచ జ్ఞానేంద్రియాలే ఉండేవని అనుకునేవాళ్ళు. ఇవేకాక, కండరజ్ఞానము(Kinesthetic)స్థితికి సంబంధించిన (Static) జ్ఞానము, జీవకణ(Organic)జ్ఞానము అనేవికూడా వున్నవని మనకిప్పుడు తెలుసు. వీటిలో అన్నిటికీ వేరువేరు జ్ఞానేంద్రియాలు ఉన్నవి. ప్రతిదీ దానికి సంబంధించిన ప్రేరేపణలకి మాత్రమే ప్రతిస్పందిస్తుంది. అది కాంతికావచ్చు, లేక శబ్దం కావచ్చు, లేక రుచి కావచ్చు, లేకుంటే మరే ప్రేరణైన కావచ్చు. ప్రతి జ్ఞానేంద్రియానికీ దానికి సంబంధించిన వివిధ ప్రేరణలమధ్య విచక్షణచేసే శక్తివుంది. చెవికింపైన సంగీతం కలిగించే అనుభవం పెద్దశబ్దం కలిగితేవచ్చే అనుభవంకంటె భిన్నంగా వుంటుంది. పసుపుపచ్చని కాంతి పట్ల మన ప్రతిచర్య ఒకరకంగా వుంటుంది. కాంతి నీలంగావుంటే మరోరకంగా వుంటుంది. వివిధజ్ఞానేంద్రియాలకి సంబంధించిన అనుభవాలూ ఇలానేవుంటాయి. గ్రాహకశక్తి సామర్థ్యాలలో ప్రతిజ్ఞానేంద్రియానికి విశిష్టతలున్నవి. కొన్ని జ్ఞానేంద్రియాలు ప్రేరేపణలుచాలబలహీనంగావున్నా గ్రహించి ప్రతిస్పందించ గలవు. ప్రేరేపణకొంత బలంగావుంటేనేగాని మరికొన్ని జ్ఞానేంద్రియాల్లో ప్రతిస్పందనకలుగదు. మన ఇంద్రియానుభూతులు పరిస్థితులకుఅనుగుణంగామార్పు జెందడంవల్లకొన్ని సంవేదనలను ఉపేక్షచేయడం అలవాటయిపోతుంది. వాటి అనుభవనే మనము పొందం. మీరు చాపలబజారుకు వెళ్ళితే ఆ దుర్గంధం

నుంచి తప్పించుకోవటానికి తప్పకుండా ముక్కుమూసు కుంటారు. కాని అక్కడే వుండేవాళ్ళకి అలాటి బాధే వుండదు. దీనికి కారణం దానికి వాళ్ళు అలవాటుపడి పోతారు. అభ్యాసం, లేక అలవాటువలన ఆ సంవేదనను వాళ్ళసలు గమనించరు. అదేవిధంగా మనం పనిచేసేటప్పుడు చప్పుడైతే చేసేపని భంగం అవుతుంది. కాని ఆ శబ్దం అలాగే వుంటూవుంటే కొంతకాలానికి దానికి మనం అలవాటు పడిపోతాం. తరువాత ఎన్నిసార్లు శబ్దమైనా మన పనికేమీ భంగంకలుగదు. శ్రవణేంద్రియం దానికి అలవాటు పడిందన్నమాట. దీన్ని ఒకొక్కప్పుడు వ్యతిరేకాఖ్యానం (Negative adaptation) అంటారు.

రుచి, వాసన:

తరచు ఈ రెండు కలిసివుంటాయి. మన రుచులలో ఎక్కువ ఈ రెండూ మిళితమైనవే. ఉదాహరణకు మనం సుఖంగా సేవించే కాఫీకి క్వినైన్‌కి మల్లే చేదు రుచేవుంది. వాసనను పూర్తిగా తీసేస్తే కాఫీ క్వినైన్ అంత ఏవగింపు పుట్టిస్తుంది. నాలిక ఉపరిభాగంమీద, నోట్లో కొన్ని భాగాల్లోనూ, గొంతులోనూవుండే రుచినిగ్రహించే జీవకణాల (Taste Buds) వల్ల మనకు రుచి అనుభవం కలుగుతుంది. ఒక చిత్రమైన సంగతేమిటంటే నిజానికి ప్రాథమికమైన రుచులు నాలుగు మాత్రమే. అవి తీపి, పులుపు, చేదు, ఉప్పూ. మిగతా రుచులన్నీ అవీ, రకరకాల వాసనలు మిళితమవటంచేత ఏర్పడతాయి. నాలికలో నాలుగు రుచులకూ సంబం

గించినవి ప్రత్యేక భాగాలున్నాయి. నాలుక ప్రక్కలలో పులుపురుచీ, వెనుక భాగంలో చేదూ, నాలుక కొనమీద తీపి, ఉప్పూ తెలుస్తాయి. మనం ఏదైన వస్తువును తిన్నప్పుడు మనకు కలిగే మొత్తం రుచిఅనుభవం మిశ్రితమైనది. దానిలో స్పర్శ, ఉష్ణగ్రహణంలాంటి ఇతర జ్ఞానేంద్రియాల ద్వారా వచ్చే అనుభవంకూడా కలిసి వుంటుంది. వాసన నాసికాపుటాల పై భాగానవున్న ఘ్రాణకణముల ద్వారా పొందుతాము.

తాకిడి :

ఇవి చర్మేంద్రియానికి సంబంధించినవి. అవి నాలుగు రకాలు - తాకిడి, వేడి, చలువ, నొప్పి, చర్మం అన్ని భాగాల్లోనూ ఈ పైన చెప్పిన అన్ని సంవేదనలను పొందదు. నొప్పి అనే అనుభవాన్ని కొన్ని జీవకణాల ద్వారా పొందుతాము. వాటిని బాధాగ్రాహకాలుఅంటారు. అవి తాకినపుడుమాత్రమే నొప్పి కలుగుతుంది. అలాగే వేడికి ప్రతిస్పందించే కణాలు కొన్నివున్నాయి. అవి మాత్రమే మనం వేడిమిని గ్రహించేటట్లు చేస్తాయి. అలాంటి చోట మంచుగడ్డముక్క చల్లటిమొనతో తాకినా వేడిమి భావమేకాని చల్లదనం కలుగదు.

స్థిమితభావం (Static Sense) :

మెదడులో వెనుకభాగం [Cerebellum] మనం పడిపోకుండా నిలకడగా వుండేటట్లు చేస్తుంది. ఈ ప్రక్రియలో చెవిలోపలవుండే అవయవాలుకూడా కొంత పనిచేస్తాయి.

దృష్టి :

కన్ను సక్రమంగా నిర్మింపబడిన కెమెరాలాంటిది. దానిలో కాంతికిరణాలు చొరకుండావుండే పూత, చిత్రాన్ని ముద్రించే నేత్రపటలము (Retina) అనే భాగం వుంది. బయట ద్వారంలోనే ఒక కటకంవుంటుంది. వివిధ కండరాలు ఈ భాగాలను సరైన స్థానాల్లో వుంచుతాయి. వస్తువులనుంచి వచ్చే కాంతికిరణాలు, ముందున్న కటకంద్వారా ప్రసరించి నేత్రపటలం (Retina) పై పడతాయి. నేత్రపటలంలో రెండురకాల జ్ఞాన కణా (Sense cells) లుంటాయి. వాటిని "రాడ్స్" (Rods) అనీ, కోన్స్ (Cones) అనీ అంటారు. ఈ కోన్స్ మూలకంగా మనకు రంగులు తెలుస్తాయి. రాడ్స్ మూలంగా రూపురేఖలు తెలుస్తాయి. కాంతి బాగా తక్కువగా వున్నా రాడ్స్ మూలంగా వస్తువు ఆకారం తెలుస్తుంది. కోన్స్ మంచి కాంతిలోగాని పనిచేయవు. అందువల్లనే బాగా కాంతివుంటేగాని వేరు వేరు రంగులను గుర్తించలేము. మనిషికి కండ్లు రెండూ ముందు భాగంలోనే వుంటాయి. అవి ఒక భాగాన్ని చూస్తున్నట్లు కనిపిస్తాయి. కాని నిజంగా ఒక కన్ను చూసేదానికి మరొక కన్ను చూసేదానికి కొంచెము తేడావుంటుంది. స్టీరియోస్కోప్ (Stereoscope) అనే ఒక సాధనంవుంది. దానిలోంచి చూస్తే వస్తువుల పొడుగు వెడల్పులేకాకుండా దూరం, లోతుకూడా తెలుస్తాయి. అది ఒక చిత్రమైన ప్రక్రియవల్ల జరుగుతుంది. ఒకే వస్తువుయొక్క రెండు ప్రత్యేక పటములను కలపటంవల్ల ఆ భావం కలుగుతుంది. మనం జాగర్తగా చూస్తే పైకి

సమానంగా కనిపించినప్పటికీ ఆ పటాలు నిజంగా సమానం కాదని తెలుస్తుంది. వాటికి కొద్దిగా తేడావుంటుంది. ఒకే వస్తువుని రెండు కోణాలనుంచి ఫోటోతీస్తే అలాంటి పటాలు వస్తాయి. మనము స్టీరియోస్కోప్‌లోంచి చూసినప్పుడు ఈ రెండూకలిసి దూరము, లోతు అను భావాన్ని కలుగ జేస్తాయి. మనిషి కండ్లలో జరిగే ప్రక్రియకూడా ఇదే. కండ్లు ఒకదానిప్రక్కనఒకటి వుండటంచేత చూసేది ఒకే దృశ్యా న్నైనా నేత్రపటములపైపడే బింబాలకు కొంచెము తేడావుం టుంది. కాని ఈ రెండు బింబాలు మెదడులో కలియటంచేత వస్తువుల త్రివ్యాప్తి లేక మూడో పరిమాణంకూడా చూడ గలుగుతాము.

శ్రవణం:

చెవి వాయుకణాల స్పందనాన్ని గ్రహిస్తుంది. శబ్దం అంటే అదే. దీనిలో అనేక క్లిష్టమైన భాగాలుంటాయి. అన్నింటికంటే లోపల్ల సున్నితమైన భాగాలుంటాయి. రెండు కళ్ళు ఉండటంవల్ల సదుపాయం ఎలావుందో అలాగే చెవులు రెండు ఉండటం మూలంగా కూడా సదుపాయా లున్నాయి. ధ్వని ఏ స్థానంలోంచి వస్తుందో తెలుసుకోగల గటం వాటిలో ఒకటి. వివిధ ప్రాంతాలనుంచి వచ్చి చెవిపై బడే ధ్వని తరంగాలకు తీవ్రతలో తేడావుంటుంది. ధ్వని వచ్చేచోటికి దగ్గరగావుండే చెవిపై తరంగాలు ఎక్కువ తీవ్రంగా పడతాయి. ఈ తీవ్రతలోవుండే వ్యత్యాసాన్ని బట్టి ధ్వని వుత్పన్నమైన స్థానాన్ని గుర్తించగలుగుతాము.

6. వస్తుజ్ఞాన సంపాదనపద్ధతి

మనం పరిసరాలను గూర్చి పొందే అనుభూతిలో మనశ్శాస్త్రవేత్తలు పరిశీలింపవలసిన అనేక ముఖ్య సమస్య లున్నాయి. పరిసరాలనుగూర్చిన జ్ఞానం చాలావరకు మనం జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా పొందే అనుభూతులమీద ఆధారపడివుంటుంది. మన వస్తుజ్ఞానంలో యెప్పుడూ ఈ సంవేదనల కంటె అధికమైన విషయమేదో వుంటుంది. మనం యేదైనా వస్తువును చూసినపుడు వాస్తవికంగా పొందే అనుభూతి కాంతి సంవేదనలుమాత్రమే. కాంతి, సంవేదనలలో ఆగిపోక మనమేదో వస్తువును చూచామంటాము. దూరాన్నుంచి యేదైనా ఓడనుచూసినప్పుడు మనకు భౌతికంగా కలిగే అనుభూతి బూడిదరంగుగల కొన్ని సంవేదనలు మాత్రమే. ఐనప్పటికి మనం ఓడను చూశామంటాము. ఓడకుండే వివిధగుణాలు, లక్షణాలు జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా మనకు గోచరంకాలేవు. ఈ విషయాల నన్నిటినీ "వస్తుజ్ఞాన సంపాదన పద్ధతి" అనే ప్రక్రియద్వారా పొందుతాం. అది అనేక అంశాలమీద ఆధారపడి వుంటుంది. ఒకవస్తువు సంపూర్ణస్వరూప వివరాలను మనస్సు అందిస్తుంది.

జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా గ్రహించిన అంశాలను సంధానపరచి ఒక వస్తువు లేక పరిస్థితి పూర్ణరూపాన్ని మనస్సు కూర్చుకుంటుంది. దీనినే "వస్తుజ్ఞాన సంపాదనపద్ధతి" అంటారు. జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా వచ్చే విషయాలు అనేక విధాలుగా సంఘటితమవుతాయి. వాటిలో యీ క్రిందివి ముఖ్యమైనవి.

(1) మనకు కళ్ళకు కనిపించే వాటినన్నింటినీ చూడం. కొన్నిటిని మాత్రమే గమనిస్తాం. వస్తుజ్ఞాన సంపాదనపద్ధతిలో యిలా కొన్ని వస్తువులనుమాత్రమే ఎన్నిక చేసే గుణం నిశ్చితంగావుంది.

(2) జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా అందుకు తగిన సమాచారాలు రాకపోయినా మొత్తం వస్తువులను చూస్తున్నట్లు భావిస్తాం.

(3) వస్తువులనుంచి వచ్చే వివిధమైన సంవేదనలను కూర్పుచేసి సంపూర్ణంగా చూస్తాంకాని అసంఘటితమైన భాగాల్లాగా చూడం.

(4) భిన్నభిన్న వస్తువులు కొంత స్థలాన్ని ఆక్రమించినట్లు గమనిస్తాం. అలాగే వాటిలో చలనాన్నికూడా చూస్తాం.

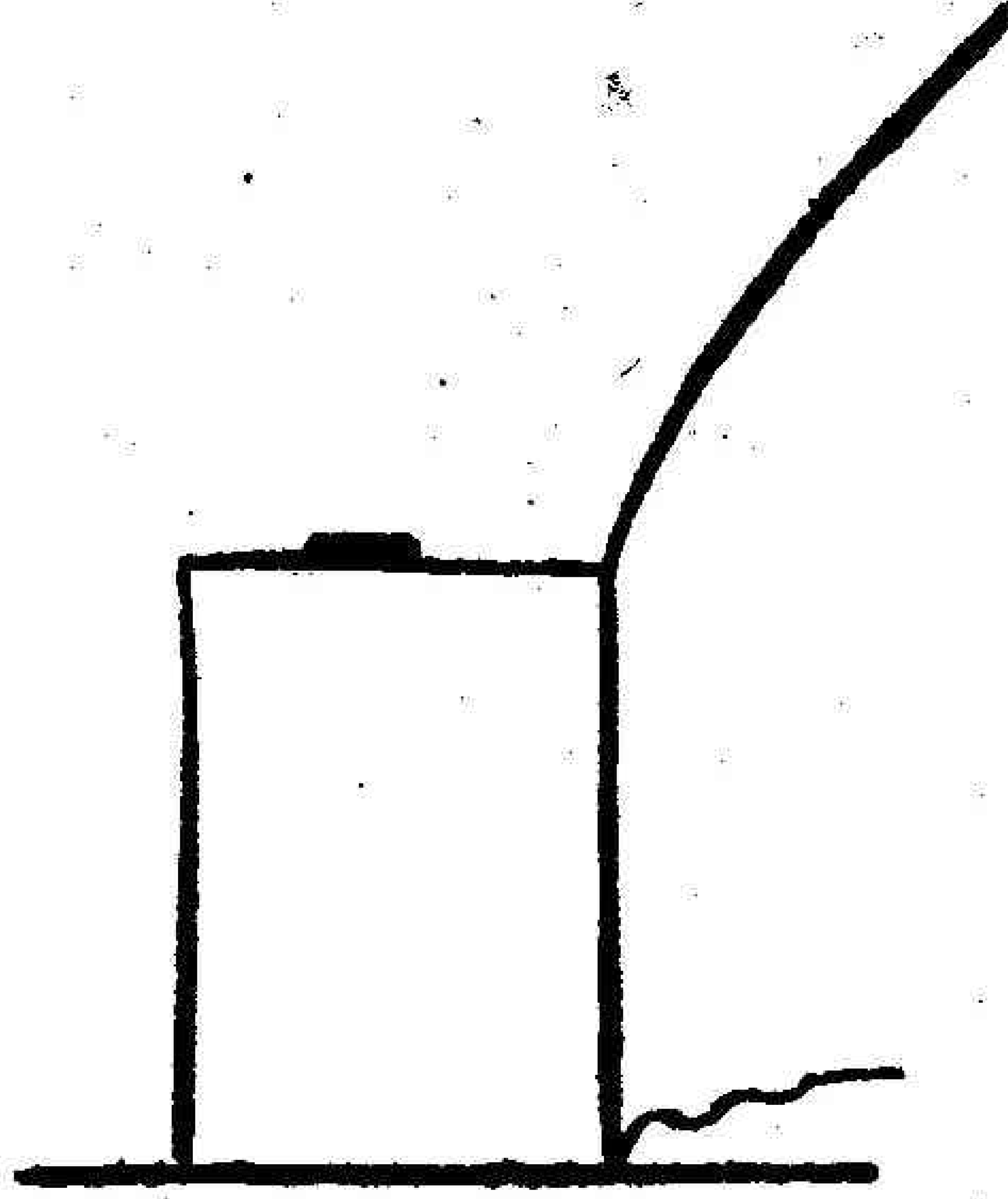
(5) వివిధ వస్తువుల అనిత్యతలను, వాటి సంబంధాలనుకూడా తెలుసుకుంటాం.

ఈ పైన చెప్పిన విషయాలనుబట్టి వస్తుజ్ఞానం పొందే లోపున మన శరీరంలోని నాడీమండలంలో ఒక విశేషమైన కార్యక్రమం జరుగుతుందని తెలుస్తుంది. అందువలన వస్తుజ్ఞాన సంపాదన ఒక చురుకైన ప్రక్రియ సంవేదన(అనుభూతి) అంటె యథాలాపంగా కలిగే అనుభవం మాత్రమే. నిజానికి శుద్ధమైన సంవేదన అనేది వాస్తవికంగా వుండదు. వస్తుజ్ఞానసంపాదన కొన్ని అంశాలచేత నిర్ణయింపబడుతుంది. జ్ఞానేంద్రియాలకు సంబంధించిన శారీరక అంశములేకాక సంసిద్ధత, వైఖరి, ఆకాంక్షకూడ దాన్ని నిర్ణయిస్తాయి.

లోగడ అనుభవాన్ని బట్టి యితరులంటే మనకుండే భావాలకు నిర్హేతుకంగా వచ్చే ద్వేషాలకుకూడ దీనిపై ప్రభావంవుంది. మనం వస్తువులను వున్నవి వున్నట్లుగా చూడం. ఎలా చూడాలని అనుకుంటామో అలాచూస్తాం.

మనం ఒక వస్తువునిగురించి తెలుసుకునే పద్ధతి మన వైఖరిమీద, సంసిద్ధతమీద ఆధారపడివుంటుందని రుజువు చేయటం చాలా తేలిక. ఈ విషయం ఒక ప్రయోగంవల్ల విశద మైనది. ఈప్రయోగంలో కొంతమంది వ్యక్తులకు ఒకపూట ఆహారం యివ్వకుండావుంచి తెరపై రకరకాల అస్పష్టమైన ఆకృతులనుచూపించి వాళ్ళను యేమిచూసిందీ చెప్పమంటే, యెక్కువమంది, పండ్లు, మిఠాయి మొదలైన ఆహార పదార్థాలను చూసినట్లు చెపుతారు. వాళ్ళు ఆకలిగా లేకపోతే వాళ్ళ అనుభవం అందుకు పూర్తిగా భిన్నంగా వుంటుంది. ఇలాంటి ప్రయోగాలు అనేకం జరిపి పైన చెప్పిన సూత్రాన్ని ధృవపరిచారు. మనం ఒక వస్తువునిగురించి ఒక విధంగా గ్రహించటానికి కారణం మన మనస్సు అందుకు సిద్ధంగావుండటమే మనం కోపంగా వున్నప్పుడు, సంతోషంగా వున్నప్పటి కంటె యెక్కువగా యితరులలో తప్పులు చూస్తాం. అదే విధంగాభయంవేసినప్పుడు ఏ చిన్న శబ్దమైనా ప్రమాదాన్ని సూచిస్తుందని అనుకుంటాం. ఈ విధంగా మానసికస్థితి అనేది వస్తుగ్రహణ ప్రక్రియలో చాల ముఖ్యమైన అంశం అవుతుంది. ఈ మానసికస్థితికి అనుబంధంగా కారకం (Motive) వుంటుంది. వస్తుజ్ఞాన సంపాదన ఆ సమయంలోవుండే కారకాలమీదగూడ ఆధారపడివుంటుంది.

మరొక మన శాస్త్రవేత్త చేసిన ప్రయోగంవల్ల శ్రద్ధ, ఆశక్తులనుబట్టిగూడ వస్తుజ్ఞాన సంపాదన నిర్దేశితమవుతుందని విదితమైనది.



ఆయన పై డ్రాయింగ్‌ను రెండువందలమంది కాలేజి విద్యార్థులకు చూపించి అది ఈ క్రింది వుదహరింపబడిన వస్తువులలో దేనిని పోలివుందే చెప్పమని అడగగా చాలా ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించే సమాధానాలు వచ్చాయుట. ఆ వస్తువులు: 1. వంటపాత్రలు 2. విద్యుదయస్కాంతము 3. టోపి 4. పొగగొట్టం 5. దారపుబండి. సమాధానాలు చెప్పినవారి సంఖ్యా వివరాలు ఈ క్రిందివి:-

		పురుషులు		స్త్రీలు
1) వంటపాత్రలు	—	3	—	16
2) విద్యుదయస్కాంతము	—	42	—	1
3) టోపి	—	41	—	53
4) పొగగొట్టం	—	6	—	3
5) దారపుబంతి	—	8	—	27
		100		100

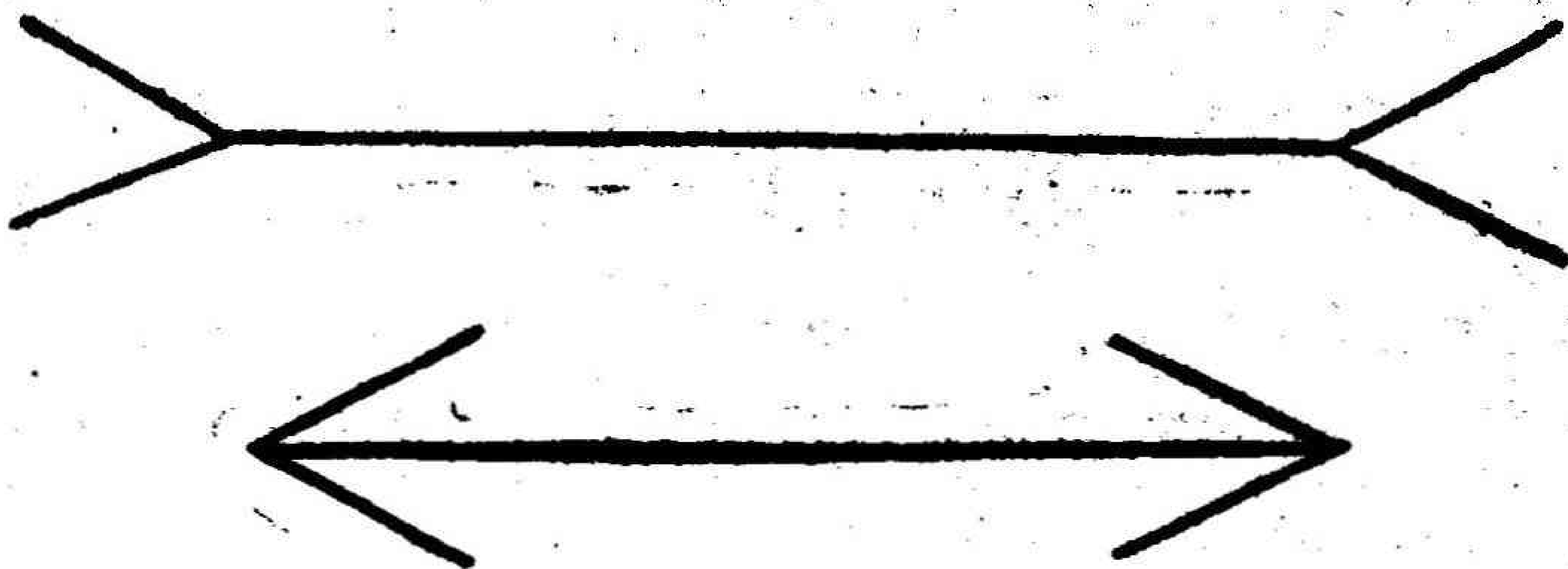
వస్తుజ్ఞాన సంపాదనలో పొరపాట్లు:

పైన జరిగిన చర్చనుబట్టి మనం ప్రపంచాన్ని గురించి తెలుసుకునేందుకు ఎల్లప్పుడూ జ్ఞానేంద్రియాలను నమ్మటానికి వీలులేదు. ఒకొక్కప్పుడు వాస్తవిక వస్తువులు అవి వున్నట్లుగా కాకుండా వికృతంగా కనపడతాయి. వస్తుజ్ఞాన ప్రక్రియలో లోపాలు వుండటానికి అనేక అవకాశాలున్నాయి. ఈ తప్పులను రెండు అంశాలద్వారా పరిశోధించాము: [1] భ్రమలు (2) విభ్రమములు.

భ్రమలు:

భ్రమలు (Ellusions) వస్తుజ్ఞానపద్ధతి తప్పుఅయితే భ్రాంతి యేర్పడుతుంది. జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా ఒక వస్తువు అనుభూతిని పొందుతాము. వాస్తవానికి అదివుండదు వస్తువుల గుణగ్రహణంలో యెప్పుడూ జ్ఞానేంద్రియాలద్వారా వచ్చిన అనుభవం మనక్రితంఅనుభవాన్నిబట్టి, ఆక్షణంలో వుండే మనస్థితినిబట్టి, శారీరక అవసరాలనుబట్టి, అర్థంచేసుకుంటాము. కొన్ని సందర్భాలలో ఈ విశదీకరణ తప్పుఅవుతుంది. అందువలన చూసింది ఒకటైతే మరొకటి చూశామని అనుకుంటాం. దానినే భ్రమ అనిఅంటాము. రజ్జు సర్ప భ్రాంతి అంటే త్రాటినిచూసి పాముఅనిఅనుకోవటం. ఇదిజగద్విఖ్యాతమైన భ్రమ. త్రాటికీ పాముకూ పోలికవుండటంచేత మనకుపూర్వంవుండే అనుభవాన్నిబట్టి చీకటివుండటంచేత, భయంవల్ల అలాభావిస్తాం. ఆ విధంగా ఒక వస్తువునిచూసి దానినేపోలిన మరొకవస్తువు అనుకుంటే అది భ్రాంతి. మన

శాస్త్రవేత్తలు ఈ భ్రమ స్వభావాన్ని తెలుసుకునేందుకు రేఖాగణితంలోని పటాలను వుపయోగించి ప్రయోగాలను జరిపారు. అలా భ్రమను కలిగించే పటాలు కొన్ని ఈ క్రింద ఇవ్వబడ్డాయి:



ఈ గీతలలో యేది పెద్దది? నిజానికి ఆ రెంటిపొడుగూ ఒకటే.

తరచు చలనాన్ని చూడటంలోగూడ మనం భ్రమ పడతాం. దీనికి సినిమా ఒక చక్కటి ఉదాహరణ. నిజానికి సినిమాలో జరిగేది కొన్ని కదలికలేని బొమ్మలు, సెకండుకు 20 లేక 25 చొప్పున తెరపై పడటమే. అలా వేగంగా పడటంచేత మనకు వస్తువులు కదులుతున్నట్లు కనిపిస్తాయి. నియాన్‌దీపం కాంతిని వుపయోగించిచేసే ప్రకటనలు మనకు తెలిసినవే. వాటిలో మనం వింతవింత కదలికలను చూస్తాం. ఒకొక్కప్పుడు కాంతి రకరకాల ఆకృతులలో తిరుగుతున్నట్లు చూస్తాం. కాని వీటన్నిట్లోనూ వుండేవి కదలికలేని కాంతి సంవేదనలు (Sensations) మాత్రమే. కదలిక అనే భావం పాతఅనుభవాన్ని బట్టి మన మనస్సులో మొలిచినది మాత్రమే.

విభ్రమములు - (Hallucinations) :

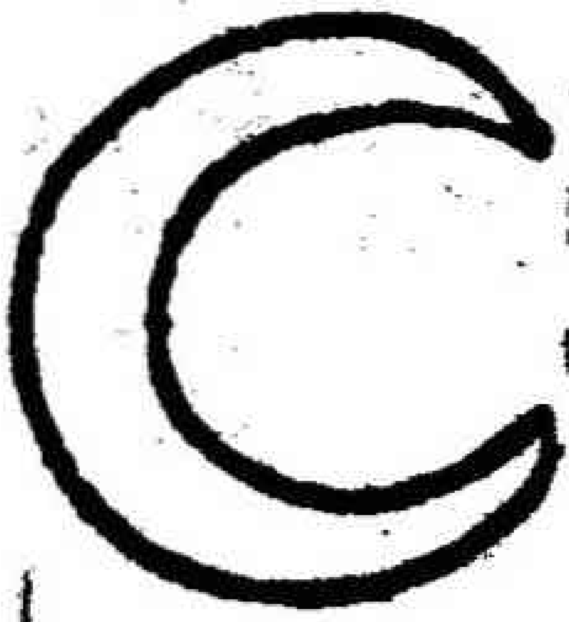
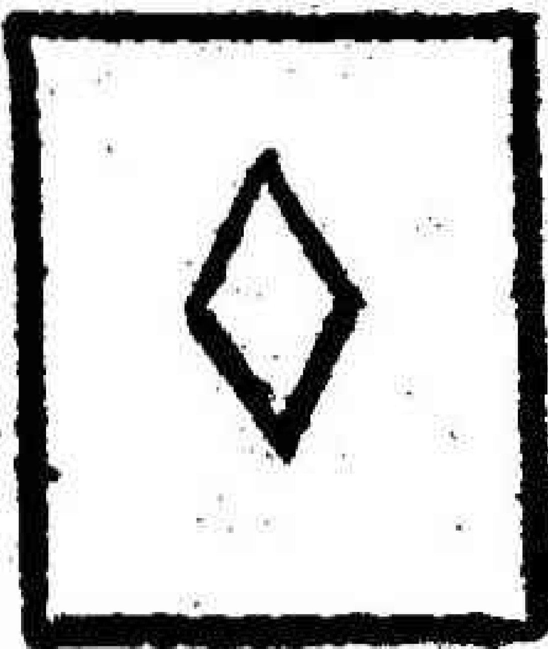
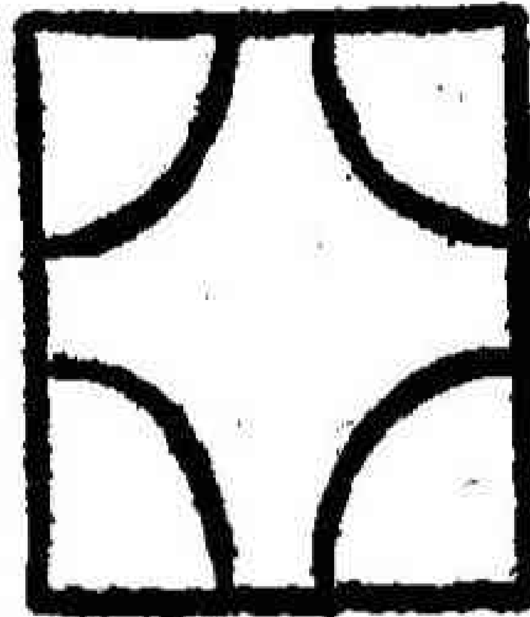
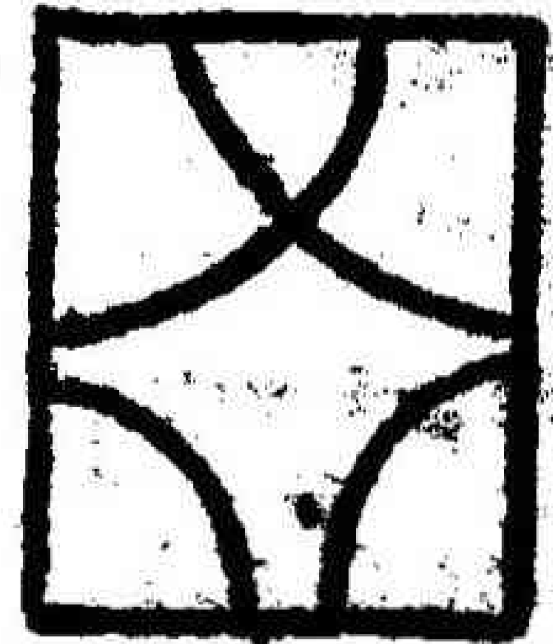
మనకు మరొకరకమైన అనుభవంవుంది. మన మానసిక పరిస్థితులనుబట్టి మనఎదుట యేమీలేకుండానే యేదో ఆకృతిని చూసినట్లు భావిస్తాం. అలా ప్రేరణ పదార్థం లేకుండా యేర్పడ్డ అనుభూతిని 'విభ్రమం' అంటారు. భ్రమలో ఒకవస్తువునిచూసి మరొకవస్తువనుకుంటాం. విభ్రమంలో అసలు వస్తువేవుండదు. అది వుందనిమాత్రం వూహించుకుంటాము. ఉదాహరణకు కొంతమంది దయ్యాలను చూశామని చెపుతారు. ఏదో ఆకృతినిచూసి దయ్యం అనుకుంటే అది భ్రమే అవుతుంది.

కొన్ని మానసిక వ్యాధులలో విభ్రమం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ఆ వ్యాధులకు విభ్రమవుండటం ఒక ముఖ్య లక్షణంగా చెప్పవచ్చు. లోపలవుండే భీతివల్ల, సంఘర్షణవల్ల విభ్రమలేర్పడతాయి. అలాగే తీవ్రమైన కోర్కెవల్లనైన, ఆశవల్లనైనా అది యేర్పడవచ్చు. మనకి యేది అత్యంత ఆవశ్యకమో అది అక్కడ లేకపోయినా కనిపిస్తున్నట్లు వుంటుంది. మనం యెవరికోసమైనా యెదురు చూస్తూంటే వాళ్ళ కాళ్ళచప్పుడు వినపడుతున్నట్లుంటుంది. ఎడారిలో నీళ్ళు చూట్టం యిలాంటి అనుభవమే. విభ్రమలు దృష్టివిషయంలోనూ, శ్రవణం విషయంలోనూ చాలా సాధారణమైనవే. మానసిక కారణాలుకాక కొన్ని శారీరక కారణాలవల్లగూడ విభ్రమలు యేర్పడవచ్చు. జ్ఞానేంద్రియాలకుగాని, పెద్దమెదడుకుగాని దెబ్బతగిలితే విభ్రాంతులు

కలుగుతాయి. అలాగే కొన్ని మందులవల్ల, తప్పతాగటం వల్ల నాడీమండలం దెబ్బతింటే విభ్రమ తేర్పడవచ్చు.

ఈ అనుభవాల్నిబట్టి మనం కొన్ని జాగ్రత్తలను తీసుకోవాలి. వస్తువులనుగురించి మనకు జ్ఞానము మానసిక సంసిద్ధతవల్ల, అంతరంగిక అవసరాలవల్ల నిర్ణయమవుతుందని తెలుసుకున్నాము. ఎపుడూ అది ఇంద్రియజ్ఞానమువల్ల నిర్దేశింపబడకపోవచ్చునని తెలిసింది. ఈ సూత్రాన్ని ఆధారంగా చేసుకుని నిర్హేతుకంగా ద్వేషాలు యెలా యేర్పడేదీ అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఒక మనిషంటే మనకిష్టమున్నాటే వాడు ఏపని చేసినా మనకు బాగానేవుంటుంది. అలాగే ఒకళ్ళంటే మనకు అనిష్టతవుంటే వాళ్ళు యేదిచేసినా చెడ్డగా కనిపిస్తుంది. అందువలన మనశ్శాస్త్రాన్ని అభ్యసించేవాళ్ళు ఈ విషయంలో చాల జాగ్రత్తగావుండాలి. వాస్తవికమైన వైఖరి పెంపొందించుకోవాలి. ముఖ్యంగా సాంఘిక విషయాలను పరిశీలించటంలో ఈ జాగ్రత్త అవసరం. మనచుట్టుపట్ల జరిగే సంఘటనలను ప్రప్రథమంలో మనకుండే విశ్వాసాలను బట్టి, నమ్మకాలనుబట్టి, నిర్హేతుకమైన ద్వేషాలనుబట్టి అర్థం చేసుకుంటాము. ఈ సందర్భంలోనే నినాదాల (Slogans) ప్రాముఖ్యాన్నిగూర్చి తెలుసుకోవటం అవసరం. వివిధ రాజకీయ, సాంఘికపక్షాలకు వేరువేరు నినాదాలు (Slogans) వుంటాయని మనకు తెలుసు. ఆ పక్షాలవారు

వాటిని ప్రకటించి అనుస్తారు. నినాదాలద్వారా ఒక సాంఘిక సంఘటనను ఒక పద్ధతిలో అర్థంచేసుకునేందుకు వీలవుతుంది. ఇవి వస్తుజ్ఞాన ప్రక్రియను పూర్తిగా తప్పుడుదారినికూడా పట్టించవచ్చు. అప్పుడు మన వస్తుజ్ఞాన సంపాదనపద్ధతి చాలా వరకు అనుబంధప్రక్రియలననుసరించి జరుగుతుంది. ఈ అనుబంధన పద్ధతివలన, కొన్ని అనవసరమైన విషయాలు బుర్రలో నాటుకునిపోయి అవసరమైనవాటికి స్థానంలేకుండా చేయవచ్చు. ఈ సూత్రాన్ని రుజువుచేయటానికికూడ మనశ్శాస్త్రవేత్తలు కొన్ని ప్రయోగాలను జరిపారు. ఒక ప్రయోగంద్వారా ఒక మనశ్శాస్త్రవేత్త అంతకు క్రితం చూసిన చీటీలు మన జ్ఞాపకాన్ని యెలా మారుస్తాయో పరిశీలించాడు. ఆయన కొన్ని బొమ్మలను ప్రేరకవస్తువులుగా రెండువర్గాలకు చూపించాడు. ఆ బొమ్మలకు పైన రెండు భిన్నమైనపేర్లు వ్రాయబడ్డాయి. తరువాత వాళ్ళు తాము చూసిన బొమ్మలను గీశారు. ప్రతిబొమ్మమీద వ్రాసిఉన్న పేరునుబట్టి దాని ఆకారాన్ని వాళ్ళు నిర్ణయించి గీశారు. వాళ్ళ వస్తుజ్ఞానం ఈ విధంగా ఆ శీర్షికలవల్ల (Label) నిర్దేశితమైనది. దీన్నిబట్టి నినాదాలు మనల్ని యెలా తప్పుడు దారిపట్టించగలవో తెలుస్తుంది. ఈ క్రింద ముందు చూపించిన ప్రేరకవస్తువులు, దాన్నిబట్టి తరువాత ఆ రెండువర్గాల వాళ్ళు గీసినబొమ్మలూ యివ్వబడ్డాయి.

మొదటివర్గం వాళ్ళుగీసిన బొమ్మలు	మొదటివర్గం వాళ్ళకుఇచ్చిన శీర్షికలు	అసలుచూపిన బొమ్మలు	రెండవవర్గం వాళ్ళకుఇచ్చిన శీర్షికలు	రెండవ వర్గం వాళ్ళుగీసిన బొమ్మలు
	కలుపు		సీసా	
	"C" అక్షరము		బాలచంద్రుడు	
	దీర్ఘచతురస్రములో డైమను		కిటికీలో తెరలు	

7. నేర్చుకోవటం, జ్ఞాపకంవుంచుకోవటం

మనం బాల్యంనుంచి పెద్దవాళ్ళం అయేలోపున అనేక విషయాలను నేర్చుకోవాలి. రకరకాల ఆటలు, సైకిలు తొక్కటం, ఈత, కారునడపటం మొదలైనవెన్నో నేర్చుకోవాలి. అదిగాక పరిసరాలలోవుండే వివిధ వస్తువులనుగురించి కొత్తకొత్త భావాలను ఏర్పరుచుకోవటం నేర్చుకోవాలి. ఇవన్నీ నేర్చుకోవటంవల్ల బాహ్యప్రపంచాన్ని గురించి మన విజ్ఞానం పెరుగుతుంది.

ఈ నేర్చుకోవటం అనే ప్రక్రియ మానవుడికి చాల అవసరం. ఎందువల్లనంటే అపారమైన విజ్ఞానం సంపాదిస్తే గాని జీవితంసాగదు. చిన్నవాళ్ళుగా వున్నపుడు సరైన ఆహారాన్ని తీసుకోవటం, హానికలిగించేవాటిని దగ్గరకు చేరనీయకపోవటం నేర్చుకోవాలి. అనేక ప్రమాదాలలోంచి మనల్నిమనం రక్షించుకోవటం నేర్చుకోవాలి. జీవనోపాధికి యేదో వృత్తో, వుద్యోగమో చేసుకోటం నేర్చుకోవాలి. మనదేశంలో, తరువాత, ప్రపంచంలో సత్ పౌరులుగా జీవించాలంటే సాంఘిక ఆచారాలు, సంప్రదాయాలూ, నైతికవువిలువలు తెలుసుకోవాలి. విద్యార్థులుగా అనేక కొత్తవిషయాలు తెలుసుకోవాలి. సక్రమంగా నేర్చుకునే పద్ధతిగూడ నేర్చుకోవాలి. పుట్టినప్పటినుంచి వ్యక్తి సంపాదించే విజ్ఞానం అపారం అని వీటన్నిటినిబట్టి మనకు తెలుస్తుంది.

నేర్చుకోవటం అంటే ఏమిటి?

జీవితాన్ని కొనసాగించటానికి అవసరమైనఅలవాట్లు, విజ్ఞానం, వైఖరి-వీటివన్నిటి పొందే పద్ధతిని నేర్చుకోవటం అంటాము. ఈ నేర్చుకోవటంవల్ల పరిస్థితులకు తగినట్లుగా మనప్రవర్తనలో మార్పులు వస్తాయి. ప్రవర్తనలో వచ్చే మార్పులు పూర్తిగా కొత్తగా వుండవచ్చు. లేకుంటే అది వరకువుండే పరిస్థితి మెరుగు కావచ్చు. నేర్చుకోవటం సంపూర్తిఅయినతరువాత ఒక పరిస్థితికి అనుగుణంగా వర్తించటమనేది స్థిరపడిపోతుంది. ప్రవర్తనలో మార్పులు చేసుకోటం, ఆ మార్పులను స్థిరంచేసుకోటం, అనేప్రక్రియే నేర్చుకోవటం అని నిర్వచించవచ్చు.

నేర్చుకోవటం చాలవరకు ఒక ప్రయోజనాన్ని ఉద్దే శించి జరుగుతుంది. వ్యక్తిలో అవసరాలు ఒక ఆవేగాన్ని (tension) కలగజేస్తాయి. ఆ ఆవేగం శమిస్తేకాని వ్యక్తికి తృప్తికలుగదు. నేర్చుకోవటంవల్ల ఆ ఆవేగం సడలిపోయి అవసరంతీరి వ్యక్తికి తృప్తికలుగుతుంది. ఏ ప్రవర్తనవల్ల అయితే ఆ ఉపశమనం సాధ్యమౌతుందో అది ఆమోదకర మవుతుంది. నేర్చుకోవటంవల్ల అలాంటి ప్రవర్తన దృఢ పడుతుంది. నేర్చుకోవటంవల్ల ప్రవర్తనలో మార్పులు స్థిర పడతాయంటే, ఆ పైన మార్పులకు అవకాశం లేదనికాదు. కొత్తఅనుభవాలవల్ల మళ్ళీ మార్పులు జరగవచ్చు. నేర్చు కున్న విషయం జ్ఞాపకం వుంచుకోవటం, మరచిపోవటం కూడా జరగవచ్చు.

నేర్చుకునే విధానాన్ని గురించి ఈ క్రింది విషయాలు గమనించాలి. (1) నేర్చుకోనటం అంటే ఒకలక్ష్యాన్ని సాధించటంకోసం వ్యక్తిప్రవర్తనలో వచ్చేమార్పు. (2) నేర్చుకోవటమనే ప్రక్రియలో ప్రేరేపణ, (Stimulus) ప్రతిచర్య (Response)ల మధ్య ఒక బంధం యేర్పడుతుంది. దీనిలో నాడీసంబంధమైన బంధాలుకూడా వుంటాయి. నరాలలోని ఒక ప్రక్రియ (Synapses) వల్ల ఇది సాధ్యమవుతుంది. నేర్చుకోవటంవల్ల కొన్ని ప్రేరేపణలకు పుట్టుకతోనే స్వాభావికంగావచ్చే ప్రతిచర్యలనుకూడా మార్చగలము. నేర్చుకోవటమంటే సమస్యలను పరిష్కరించటానికి ఒక పద్ధతిని యేర్పాటుచేసుకోనటమనవచ్చు. అది ఒక కౌశలం.

ఈ నేర్చుకోనటం అనే కౌశలంవల్లనే మన పరిసరాలలో మనం అనువైనరీతిగా మెలగగలుగుతున్నాము. ఈ పైన చెప్పిన విషయాలనుబట్టి నేర్చుకోవటమంటే పరిసరాలతో మన సంబంధాలను మెరుగుపరుచుకునేందుకు అవసరమైన మార్పులను మన ప్రవర్తనలో చేసుకోనటం అని చెప్పనచ్చు.

తప్పులుచేస్తూ దిద్దుకుంటూ నేర్చుకునే పద్ధతి (Trial and error learning):

పెరిగేటప్పుడు మనం అనేక చలనక్రియలనూ, నేర్పులనూ అలనరచుకుంటాం. బహుశః ఈ చలనాన్ని నేర్చుకోవటమనే ప్రక్రియ బహు సామాన్యమైనది. అదికాక ఈ నేర్చుకోవటమనేది మరికొన్ని రూపాలలో జరుగుతుంది.

అది వస్తువులనుగురించి, విషయాలనుగురించి భావించటం, వాటినిగురించి ఒక నిశ్చితభావం యేర్పాటు చేసుకోవటం, ప్రయత్నంచేసి తప్పొప్పులను తెలుసుకోవటమనే పద్ధతి ద్వారా చలనం నేర్చుకుంటాం. ఉదాహరణకు, ఈత నేర్చుకునేటప్పుడు, మొదట్లో చాలా తప్పులుచేస్తాం. కాని క్రమేపి కొన్ని నెలలతరువాత సరియైన పద్ధతిని నేర్చుకుంటాం. ఈ కాలం అంతట్లోనూ ప్రయత్నం, తప్పుఒప్పులద్వారా నేర్చుకోవటం సాగుతూనే వుంటుంది. అనవసరమైన చేష్టలను వదలిపెట్టటం, సరియైనవాటిని దృఢంచేసుకోవటం కొన్ని సూత్రాల ననుసరించి జరుగుతుంది.

పర్యవసాన సూత్రం (Law of effect):

ఇవి చాల ముఖ్యమైన సూత్రాలు. ఒక క్రియవల్ల మనకు సంతృప్తికలిగితే అది స్థిరపడిపోతుంది. అలాగే ఒక క్రియవల్ల అనుకున్న ఫలితం రాకపోతే నిరుత్సాహం, అసంతృప్తి కలుగుతాయి. అందువలన ఆ పనిని మానేస్తాం. ఒక పని కొనసాగటమనేది దానివల్ల మొదట్లోయేర్పడ్డ ఫలితాన్ని బట్టి వుంటుందన్నమాట. అందువల్లనే ఈ సూత్రాన్ని పర్యవసాన సూత్రం అంటారు.

పౌనఃపున్య సూత్రం (Law of frequency):

ఒకపనిని మళ్ళీమళ్ళీ చేయటంచేత అది దృఢపడిపోతుంది. దీనినే పౌనఃపున్య సూత్రం(Law of frequency) అంటారు. ఒకపనిని అనేకసార్లు చేయటంవల్ల దాంట్లో

కొంత బలం, సౌలభ్యం యేర్పడతాయి. ఈ ప్రక్రియలో కాలం వ్యర్థంకాదు.

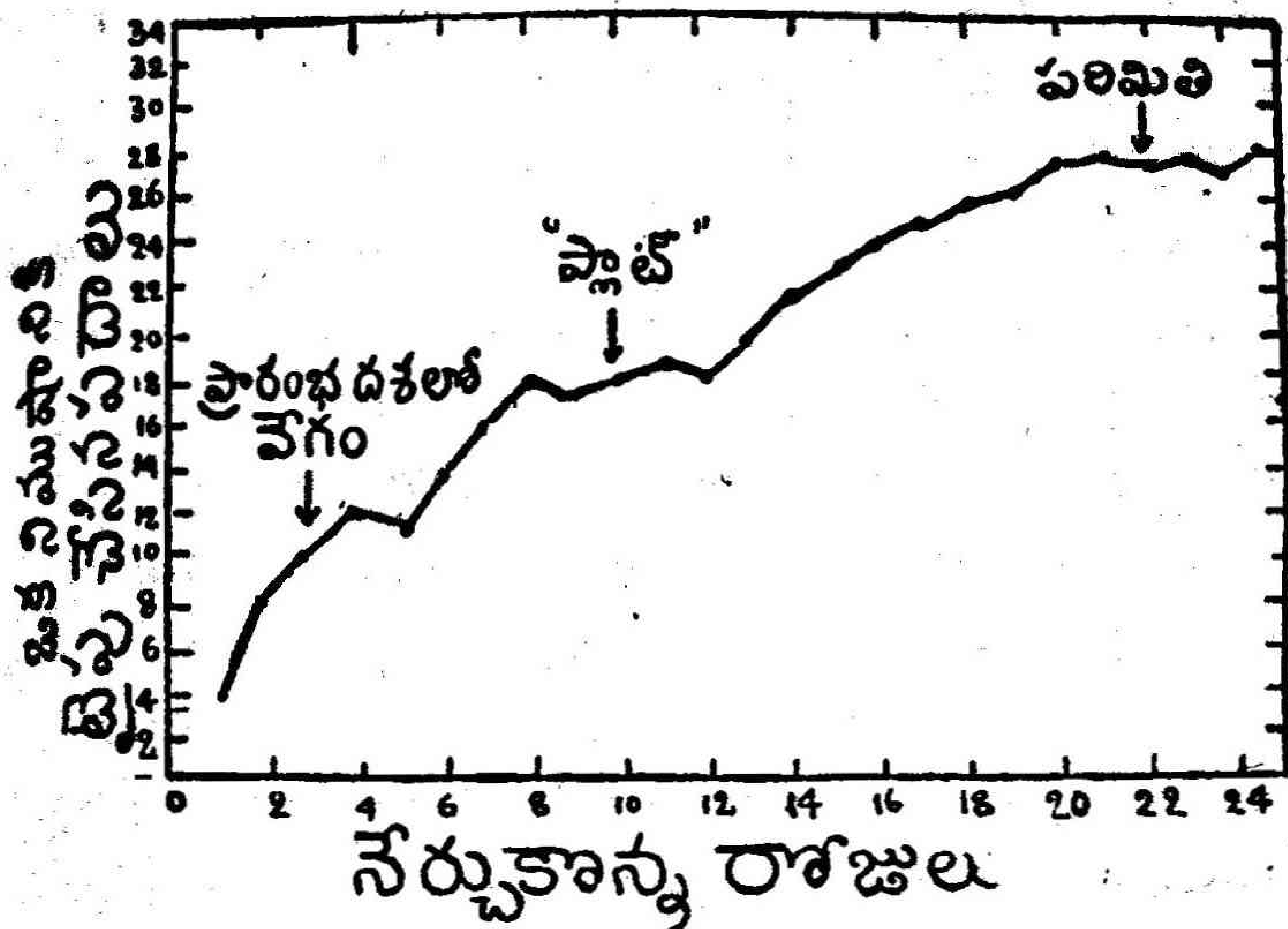
అవ్యవహిత సూత్రం: (Law of Recency)

ఇటీవలే మొదలుపెట్టిన పనిలో మనకు కొంత సౌలభ్యం వుంది. ఎందువల్లనంటే అది చేసేపద్ధతి మనకు బాగా పూర్తిగా జ్ఞాపకంవుంటుంది. దీన్నే అవ్యవహిత సూత్రం (Law of Recency) అంటారు. ఈ పైన చెప్పిన మూడు సూత్రాలవల్ల ప్రయత్నంచేసి తప్పులద్వారా నేర్చుకోవటం కొనసాగుతుంది. మొత్తం నేర్చుకోవట మనే ప్రక్రియలన్నిటికీ ఈ సిద్ధాంతం అన్వయిస్తుందా? జంతువులు చాలవరకు ఈ విధంగానే నేర్చుకుంటాయి. మనుష్యులుగూడ సామాన్యమైన విషయాలు, అంటే చలనానికి సంబంధించిన నేర్పులు యిలాగే అలవరచుకుంటారు. కాని మనుష్యులు యెక్కువగా యితర పద్ధతులుగూడ వుపయోగిస్తారు. వాళ్ళకు ఒక విషయాన్ని గురించి భావించగల శక్తి వుంది. రాబోయే విషయాన్ని గురించి ముందాలోచనచేయగల సామర్థ్యంవుంది. ఒకపనికి యెలాంటి ఫలితంవస్తుందో వాళ్ళు ముందే ఊహించగలరు. దీన్నే ఉపజ్ఞ (Insight)తో నేర్చుకునేపద్ధతి అంటారు. ఈ పద్ధతి వ్యక్తి ప్రజ్ఞమీదగూడ ఆధారపడివుంటుంది. జంతువులలో కోతిలాంటి ఉన్నత జాతి జంతువులు, కుక్కలకంటె పిల్లులకంటె యెక్కువ ప్రజ్ఞ కలవి. మనశ్శాస్త్రవేత్తల పరిశోధనలవల్ల చింపంజీలాంటి జంతువులకుగూడ ముందాలోచన వున్నదని తేలింది.

ప్రయత్నించి, తప్పులుచేసి, తత్ఫలితంగా నేర్చుకునే పద్ధతివలన ఒకపనిని తేలికగా చేయగలుగుతాము. కొంతకాలానికి ఆ తప్పులుతగ్గి తక్కువకాలంలోనే పనినే ముగించగలం.

నేర్పు గ్రాఫ్‌రేఖలు: (Learning Curves)

నేర్చుకోవటంలో వచ్చే మలుపులను గ్రాఫ్ రేఖలతో సూచించవచ్చు. మోటారుకారు నడిపే పద్ధతిలోనూ, ప్రసారసంకేతములు ఇవ్వటంలోనూ వచ్చే మలుపులను ఈ రేఖలద్వారా పరిశీలించారు. అలాంటి రేఖలను నేర్పు రేఖలు అంటారు.



ఈ పైనచెప్పిన ఉదాహరణలో గమనించివుంటారు. ఈ రేఖ ఒక దశకు వచ్చేసరికి ఏమాత్రం మార్పులేకుండా

వుంటుంది. ఆ దశను సాంకేతికంగా 'ప్లాటో' అంటారు. కాని అప్పుడు కృషి విరామంలేకుండా కొనసాగిస్తే మెరుగు కనిపిస్తుంది. ఆ రేఖ పైకిపోతుంది. కాని ప్రతివ్యక్తికీ నేర్చుకోవటానికి ఒక పరిమితి వుంది. అంతకుమించి ఎంత కష్టపడినా అతడేమీ సాధించలేడు. ఈ పరిమితి శారీరక, మానసిక పరిస్థితులచేత నిర్ణయించబడుతుంది. ఎంత ప్రయత్నం చేసినా మనిషి గంటకు 20 మైళ్ళు పరిగెత్తలేడుగదా?

విద్యార్థులు నేర్చుకోవటంలో ఈ 'ప్లాటో' కు వుండే ప్రాముఖ్యాన్ని గుర్తించటం అవసరం. అది వాళ్ళకు అనుభవంలో వున్న విషయమే! టైపు నేర్చుకోవటంలో ఈ 'ప్లాటో' ప్రాముఖ్యం కనిపిస్తుంది. మొదట్లో టైపు నేర్చుకునేటప్పుడు అది కొత్తవిషయం కాబట్టి వ్యక్తికి ఎక్కువ ఉత్సాహం, ఆసక్తి వుంటాయి. అందువలన త్వరలోనే చెప్పుకోదగినంత అభివృద్ధి కనిపిస్తుంది. మొదట్లో నేర్చుకొనే యూనిట్ ఒక అక్షరంమాత్రమే. అతడు అక్షరాలను త్వరగా టైపు కొట్టడం నేర్చుకుంటాడు. కొంతకాలానికి 'ప్లాటో' దశవస్తుంది. అప్పుడు అభివృద్ధి యేమీ కనిపించదు. దానికి అనేక కారణాలు వుండవచ్చు. మొదట్లో వుండే వుత్సాహం వుండకపోవచ్చు, విషయంలో కొత్తదనం లేకపోవచ్చు, అతనికి అభ్యాసం పరిపాటిఅయిపోవచ్చు. ఇలా అక్షరాలను టైపుచేయటంలో ఎంత వేగం సాధ్యమౌతుందో అంత సాధించి వుండవచ్చు. కాని అతడు నిరుత్సాహపడకుండా కృషినిసాగిస్తే, అక్షరాలనుకలిపి మాటలు తరువాత వాక్యాలు టైపుచేయటం నేర్చుకోగలడు. ఇప్పుడు

అతనికి మాటలు అలవాటు అవుతాయి. ఈ ప్రక్రియ మొదలుపెట్టేసరికి అభివృద్ధి త్వరిత మవుతుంది. దాని అర్థం అతడు 'ప్లాటో' దశను అధిగమించాడని. దీన్నిబట్టి విద్యార్థులు నేర్చుకోవలసిన గుణపాఠం ఒకటివుంది. ఏదైనా నేర్చుకునేటప్పుడు మధ్యలో తాత్కాలికంగా మెరుగు కనిపించక పోయినా ప్రయత్నాన్ని విరమించకూడదు. కృషిని కొనసాగించాలి.

నేర్చుకోవటానికి ప్రేరకం (Motivation in Learning):

ఈ ప్రయోగాలవల్ల జంతువులు బలమైన ప్రేరకాలు వుంటే, ప్రావీణ్యంతో త్వరగా నేర్చుకుంటాయని తెలిసింది. ఈ ప్రయోగాలలో ఆహారము, నీరు, శిశుసంరక్షణ ప్రవృత్తి, లైంగికప్రవృత్తి ప్రేరకాలుగా వుపయోగించారు. ఒక ప్రయోగంలో తిండిపదార్థాలను సంపాదించటానికి జంతువు ఒక "పజిల్ బాక్స్" అనే సాధనము చివరికి వెళ్ళాలి. దాంట్లో అనేక తికమక దారులు వుంటాయి. జంతువు ఆకలిగా లేనప్పుడు ఆదారిని తెలుసుకునేందుకు యెక్కువకాలం తీసుకుంటుందని ప్రయోగాలవల్ల తెలిసింది. కారణం_దానికి బలమైన ప్రేరకం లేకపోనటనే. అది ఆకలిగా నున్నప్పుడు తక్కువకాలంలోనే దారిని తెలుసుకుని తిండి పదార్థాల దగ్గరకు పోగలుగుతుంది. అదేవిధంగా దానికి దప్పిక ఐతే కొద్ది కాలంలోనే దారిని తెలుసుకుని నీళ్ళుపెట్టిన చోటుకి పోగలిగింది. అదేవిధంగా పంజరానికి బయట పిల్లనిపెట్టి లోపల తల్లిజంతువును వుంచితే అది బయటకు రావటానికి

బలవత్తరమైన ప్రయత్నం చేస్తుందని తెలుస్తుంది. ఈ ప్రయోగాలద్వారా శారీరకమైన ప్రేరణముల కుండే బలాబలాలను తేల్చటానికి వీలైంది. దానికి ఈ క్రింద చెప్పిన ప్రయోగం చేయవచ్చు. జంతువు పెట్టెలో వుందనుకోండి. అది ఒక లోహంతో తయారుచేసిన ద్వారంగుండా మాత్రమే బయటకు రాగలదు. ఆ ద్వారంలోనికి విద్యుత్ చ్ఛక్తి ప్రసరించటానికి యేర్పాటుచేస్తే జంతువు బయటకు వచ్చేటప్పుడు దానికి షాక్ తగిలేటట్లు చేయవచ్చు. జంతువుకి సరియైన ప్రేరణ లేకపోతే అంటే ఉదాహరణకు ఆకలి వంటి బలమైన అవసరం లేకపోతే షాక్ తింటానికి సిద్ధపడదు. అలా షాక్ తినటానికి వుండే సంసిద్ధత ఆ ప్రేరణ యొక్క బలంపై ఆధారపడివుంటుంది. విద్యుత్ ప్రసార బలాన్ని మార్పుచేస్తూ వివిధ కారకాల బలాలను పోల్చవచ్చు. ప్రేరణ బలంగావుంటే తీవ్రమైన షాక్ తినటానికి కూడా జంతువు సిద్ధపడుతుంది. ఈ పద్ధతిలో శాస్త్రవేత్తలు అనేక పరిశోధనలు జరిపారు. వీటివల్ల ఎలుక మొదలైన జంతువులకు దప్పిక అన్నిటికంటే బలవత్తరమైన ప్రేరణ అని తేలింది. అది ఆహారవాంఛ, లైంగిక ప్రవృత్తి, శిశు సంరక్షణ ప్రవృత్తులకంటే బలీయమైనదని తేలింది. బహుశః మరికొన్ని జంతువులలో శిశుసంరక్షణ ప్రవృత్తి అన్నిటి కంటే బలీయమై వుండవచ్చు.

విద్యా మనశ్శాస్త్రవేత్తలు నేర్చుకోనటంలో ప్రేరకానికి వుండే విశిష్టతను తెలుసుకునేందుకు ప్రయోగాలు జరిపారు. బహుమతి, లేక శిక్ష, ఈ రెంటిలో యేది నేర్చు

కొనటానికి బలమైన ప్రోత్సాహాన్ని యిస్తుందో తెలుసుకు నేందుకు ప్రయత్నించారు. ఒక పరిమితిలో శిక్ష నేర్చుకో టానికి మంచి ప్రేరకంగా వుంటుందని తేలింది. కాని ఈ పరిశోధన లన్నిటిలోనూ బహుమతి, పొగడ్త చాల బల మైన ప్రేరకాలుగా పనిచేస్తాయని తేలింది. మనిషికి సంఘం యొక్క ఆమోదం, గుర్తింపు, పొగడ్త, అభినందన బాగా బలమైన ప్రేరకాలు. మరొక గమనించవలసిన విషయం ఈ పరిశోధనలవల్ల బయటపడింది. ఒక వ్యక్తినిగురించి పట్టించుకోనకుండా అలక్ష్యంచేస్తే అతడు శిక్షింపబడినవాడి కంటే తక్కువగా నేర్చుకుంటాడు.

మనుష్యులకు సాధారణంగావుండే ప్రేరకాలు యివి: (1) సంఘం ఆమోదం, పొగడ్త (2) పోటీ (3) ఆహారం, లైంగిక వాంఛ మొదలైన జీవితావసరాలను ఒక వృత్తి శిక్షణపొందటంద్వారా పరోక్షంగా తృప్తిపరచుకోవటం (4) ఒకపనిని సాధించటంవల్ల, గెలుపువల్ల కలిగేసంతోషం (5) లక్ష్యస్థాయి.

అలవాట్లు:

నేర్చుకోవటంలో అలవాట్లు ముఖ్యమైనవి. మనం ఒక క్రియను మొదట్లో నేర్చుకొనటానికి కొంత శక్తి వుండాలి. మనస్సంకల్పం వుండాలి. కొంత వ్యవధివుండాలి. మనం ఆపనిని చేయటానికి వుపాయాన్ని ఆలోచించాలి. దీక్షతో కృషిజరపాలి. అదే మళ్ళీమళ్ళీచేస్తే అలవాటయి పోతుంది. ఆ పనిని తేలికగా చేయగలుగుతాము. అప్పటి

నుండి పనిచేయవలసివచ్చినప్పుడల్లా దానికి ప్రత్యేకమైన కృషి అవసరంలేదు. మానసిక ప్రయత్నంకూడా అవసరం లేదు. కాలవ్యవధిగూడా బాగా తగ్గిపోతుంది. అసంకల్పితంగా ఆపని జరిగిపోతుంది. కాలం, శక్తి వృథాకాకుండా పనులు నెరవేర్చగలం కాబట్టి మంచి అలవాట్లు చాల అవసరం. కాని అవి నిరంతరం ఓర్పుతో సాగించే అభ్యాసంవల్ల మాత్రమే యేర్పడతాయి. మొదట్లో అనిష్టత, శ్రమ వుంటాయి. దృఢ మనస్సుతో వాటిని అధిగమిస్తేతప్ప అలవాట్లు యేర్పడవు.

మంచి అలవాట్లు చేసుకోవటం యెంత ముఖ్యమో చెడ్డవి పోగొట్టుకోటంకూడ అంత ముఖ్యం. మంచి అలవాట్లవల్ల ప్రావీణ్యంవస్తే, చెడు అలవాట్లవల్ల చెడిపోతాం. చెడు అలవాట్లను వదిలించుకోటానికి చాల కష్టపడతాము. అజ్ఞానంవల్ల, అజాగ్రతవల్ల, యితర కారణాలచేత మనకు కొన్ని చెడ్డఅలవాట్లు అయివుండవచ్చు. అవి చెడ్డ అలవాట్లని తెలుసుకున్న తరువాత వాటిని పోగొట్టుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తాము. అది చాల కష్టమైన విషయమే. మనశ్శాస్త్రంలో ఈ చెడ్డఅలవాట్లను పోగొట్టుకునేందుకు కొన్ని సూచనలు యివ్వబడ్డాయి. (1) ఒక క్రియను బాధాకరమైన రోతపుట్టించే అనుభూతితో జోడిస్తే దాన్ని వదలిపెట్టటం తేలిక. ఇది-పైనచెప్పిన పర్యవసానసూత్రంవల్ల తెలుస్తుంది. (2) ఒక మనశ్శాస్త్రవేత్త చెడుఅలవాట్లను పోగొట్టుకునే పద్ధతిని నిరూపణ చేశాడు. ఒకడికి గోళ్ళుకొరికే అలవాటు వుందనుకోండి. అతడు ఒక అద్దంముందు నిలబడి అదేపనిగా

సంకల్పంతో అనేకసార్లు గోళ్లు కొరకాలి. ఇదే రోజుకు రెండు మూడుసార్లు చేయాలి. కాని అలాచేసేటప్పుడు తాను సంకల్పంతో ఉద్దేశపూర్వకంగా చేస్తున్నానని గుర్తించుకోవాలి. ఈ అలవాటు మరొక దీర్ఘకాలికమైన, సంకీర్ణ మానసిక స్థితివల్ల యేర్పడితేతప్ప ఇలా చేయటంవల్ల కొంత కాలానికి అదిపోతుంది. ఆ క్రియను సంకల్పంతో చేయటం వల్ల చేతనంగా దాన్నిగూర్చి ఆలోచిస్తాం. అలవాటు అవటంచేత మామూలుగా ఆ పని చేసేటప్పుడు మన కా స్పృహ వుండదు. అందువలన అది మన స్వాధీనంలో వుండదు. కాని అది సంకల్పంతో తెలిసి చేసేసరికి దానిపై మనకి స్వాధీనత వస్తుంది. అలా కొంతకాలానికి ఆ అలవాటు పోతుంది. అలవాట్లు యేర్పాటుచేసుకోవటంలాగానే పోగొట్టుకోవటంలోగూడ మనం దీక్షతో అచంచలంగా వర్తించాలి. ఒక అలవాటు పోవటానికి సరియైన ప్రేరణ కూడా వుండాలి. ఒక చెడుఅలవాటువల్లవచ్చే దుష్ఫలితాలను పూర్తిగా తెలుసుకోవాలి. అవి పోవటంవల్ల మన జీవిత ఆకాంక్షలు ఎలా నెరవేరుతాయో తెలియాలి. బలమైన ప్రేరణ వుంటేనేగాని చెడుఅలవాట్లు సమసిపోవు.

జ్ఞాపకం, మరపు:

దైనికజీవితంలో జ్ఞాపకశక్తికి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం వుంది. జ్ఞాపకంవుంచుకునేందుకే మనం నేర్చుకుంటాము. కొన్నిసార్లు బాధాకరమైన స్మృతులవల్ల దుఃఖం కలిగినప్పటికీ సాధారణంగా జ్ఞాపకశక్తి మనకి సంతోషాన్ని కలుగ

జేస్తుంది. జ్ఞాపకశక్తి వుండటంచేతనే పరిసరాలను గురించి తెలుసుకో గలుగుతున్నాము. వివిధ వృత్తులలో ప్రావీణ్యాం చూపకలుగుతున్నాము. ముఖ్యంగా విద్యార్థులలో జ్ఞాపక శక్తి అవసరం. విద్యార్థి తాను చదివిందేదో జ్ఞాపకంవుంచు కోవాలి. పరీక్షల్లో సరిగ్గా వ్రాసేందుకే కాకుండా ముందు నేర్చుకునేందుకుగూడా వెనక నేర్చుకున్నవి జ్ఞాపకంవుండాలి. అందువలన విజ్ఞానాభివృద్ధి కాంక్షించే విద్యార్థికి ఇది చాలా ముఖ్యం. జ్ఞాపకం వుంచుకోవటానికి, ఆలోచించటానికి తేడా వుంది. జ్ఞప్తిచేసుకోనటమంటే పూర్వ అనుభవాన్ని బట్టి తిరిగి నెమరుకి తెచ్చుకోవటం. ఆలోచించడమంటే పాత అనుభవంతో కొత్తపని చెయ్యటానికే ప్రయత్నం. కాని వాస్తవానికి జ్ఞాపకశక్తి లేకపోతే ఆలోచన జరగదు. కనుక నేర్చుకోనటంలో పురోగమనానికి, నిర్మాణాత్మకమైన ఆలో చనకు జ్ఞాపకశక్తి చాలా అవసరం. కనుక ప్రతి విద్యార్థికి జ్ఞాపకశక్తికి సంబంధించిన మానసిక శాస్త్రసూత్రాలు చాలా ముఖ్యం. జ్ఞాపకశక్తిని నాలుగు అంశాలక్రింద పరిగణించ వచ్చు. (1) నేర్చుకోవటం, (2) నేర్చుకున్నది నిలబెట్టు కోవటం, (3) అది జ్ఞప్తికి తెచ్చుకోవటం, (4) గుర్తుపట్టటం ఈ నాలుగింటికీ ఎంత సంబంధం వుందంటే వాటిని ఒకే క్రియగా భావించాలి. మిగతా అంశాలతో సంబంధం లేకుండా వీటిలో దేన్ని గురించీ తెలుసుకోలేము. ప్రతి అంశం లోనూ మిగతావాటి ప్రభావం వుంటుంది.

నేర్చుకోవటం లేక జ్ఞప్తివుంచుకోవటం:

ఏదైనా జ్ఞాపకంవుంచుకునేముందు, దాన్ని పూర్తిగా నేర్చుకోవాలి. ఈ సందర్భంలో నేర్చుకోవటం అంటే వల్లించటం అన్నమాటే. మనశ్శాస్త్రం ప్రయోగాత్మకశాస్త్రం అయినప్పటినుంచి జ్ఞాపకశక్తికి సంబంధించిన సూత్రాలను నిర్ణయించటంకోసం అనేక పరిశోధనలు జరిగాయి. ఈ ప్రయోగాలద్వారా నేర్చుకునేపద్ధతుల్లో యేది శ్రేష్ఠమైనదో యేది దీర్ఘకాలంమీద సత్ఫలితాల్ని యిస్తుందో తెలుసుకునేందుకు ప్రయత్నంచేశారు. వీటిని జ్ఞాపకముంచుకొనటానికి కావలసిన పరిస్థితులు అనవచ్చు. అవి ఈక్రిందివి.

(1) అర్థవంతంగా నేర్చుకొనటం. దీంట్లో ఒక పారాగ్రాఫ్‌ని వల్లించటానికి దాని మొత్తం అర్థంమీదకు దృష్టినిపోనిస్తాం. దీన్నే అర్థవంతంగావల్లించటం అంటారు. ఏదైనాపద్యంగాని, వచనంలో పొడుగాటి పారాగాని వల్లించాలిసివస్తే దాని మొత్తం అర్థంయేమిటో స్పష్టంగా తెలుసుకోవటం అవసరం. ఈ అర్థాన్ని తెలుసుకోవటంలో వివిధభాగాల మధ్య వుండే సంబంధాలను తెలుసుకోవటం చాల సదుపాయాన్ని కలుగజేస్తుంది. దీన్ని చాల తేలికగా రుజువుచేయవచ్చు. ముందు వ్యక్తులను కొన్ని అర్థంలేని మాటలను వల్లించేటట్లు చేయాలి. తరువాత అర్థం వున్నటువంటి మాటలనుగాని, పద్యంలోని కొన్ని పంక్తులనుగాని వల్లించేటట్లు చేయాలి. ఇతర పరిస్థితుల్లో మార్పులేకుండా వుంటే అర్థవంతమైన పాఠాన్ని వల్లించటం అర్థంలేనిమాటలు వల్లించటంకంటె సులువైనదని తేలుతుంది.

వల్లించటం సాధారణంగా పునశ్చరణ ద్వారా జరుగుతుంది, దీనినే బట్టీపట్టటం అంటారు. అర్థంలేని మాటలను వల్లించటంలో బట్టీపద్ధతే వుపయోగపడుతుంది. కారణం ఏమిటంటే దీనిలో అర్థాన్ని తెలుసుకునే అవకాశం లేదు. అట్లాకాకుండా పునశ్చరణ అర్థం తెలుసుకుని చేస్తే వల్లించటం చాల తేలిక. త్వరితం అవుతుంది. బట్టీవల్ల కూడా వుపయోగం లేకపోలేదు. కాని దాంట్లో కొన్ని లోపాలు వున్నాయి. బట్టీవల్ల నేర్చుకున్న విషయం యెక్కువకాలం నిలవదు. (౨) విరామంతో మరియు నిర్విరామంగా పునశ్చరణ-బాగా పొడుగాటి పాఠాన్ని వల్లించవలసివస్తే అన్నిటికంటే శ్రేష్ఠమైనపద్ధతి యేది? అది వచ్చేవరకు వదలకుండా దాన్ని పట్టుకూర్చోవాలా? లేకపోతే మధ్య విరామమంయిస్తూ కొన్నిసార్లు ప్రయత్నించటం మంచిదా? విరామంతో పునశ్చరణ చేయటం మంచిదని ప్రయోగాల వల్ల తెలిసింది. దీనికి అర్థంతో వల్లెవేసే పద్ధతికిమల్లే నే ఒక సదుపాయం వుంది. నేర్చుకున్న విషయం చాలకాలం జ్ఞాపకం వుంటుంది. (౩) మొత్తం నేర్చుకునేపద్ధతి-కొన్ని భాగాలుగా నేర్చుకునే పద్ధతి-ఒక పాఠం మొత్తం వల్లించటం వుపయోగకరమైనదా, లేకుంటే దాన్ని కొన్ని భాగాలుక్రింద విడదీసి విడివిడిగా వల్లించటం వుపయుక్తమైనదా అనేది తెలుసుకునేందుకు ప్రయోగాలు జరిపారు. ఈ ప్రశ్నకు సమాధానం, మారుతూవుండే మరికొన్ని అంశాలమీదగూడా ఆధారపడివుంటుంది. పాఠం మరీపొడునదైతే చిన్నచిన్న భాగాలుగా చేయటం చాలా అవసరం.

అట్లాకాక అది చిన్నదైతే మొత్తం చదవటమే మంచిది.
(4) పునశ్చరణ మరియు కంఠస్థంచేయటం-పునశ్చరణ మనలో చాలామందికి అవసరమని ముందే చెప్పాం. కొంతమంది ఏకసంతగ్రాహులు వుండవచ్చు. వాళ్ళు ఒక్కసారి గాని, రెండుసార్లుగాని చూడంగానే విషయం అర్థమవుతుంది. ఇది అలాంటి వ్యక్తులకువుండే బలమైన పూహాశక్తి వల్ల కావచ్చు, లేకపోతే మరేదైనా శక్తివల్ల కావచ్చు. అలాంటి వ్యక్తులు చాల అరుదు. మనలో చాలమందిపాఠం మనస్సులో నాటుకుంటానికి పునశ్చరణ చెయ్యాలి. పైన చెప్పిన విషయాలను దృష్టిలో వుంచుకొని చెయ్యాలి. అన్నిటికంటే అత్యుత్తమపద్ధతి-అంటే పునశ్చరణ చేయటమే కాకుండా-ఒకరకమైన భిన్నభిన్న సమయాల్లో పునశ్చరణ చేయటంద్వారా ఆ విషయాన్ని మనస్సులో మననం చేసుకోవటం. దీనివల్ల సరిగ్గా పట్టుపడని భాగాలమీద దృష్టిని కేంద్రీకరించటానికి వీలవుతుంది.

నేర్చుకున్న విషయాన్ని నిలబెట్టుకోవటం (ధారణశక్తి)

నేర్చుకోవటం అనే ప్రక్రియగురించి చెప్పింది నేర్చుకున్న విషయం శాశ్వతంగా వుంచుకోవటం కోసమే. నేర్చుకొనటానికి, ప్రజ్ఞావికాసానికి జ్ఞాపకశక్తి అవసరమంటే చదివినదాన్ని జ్ఞాపకంవుంచుకోవటం లేక దాన్ని నిలబెట్టుకోవటం అన్నమాటే. కనుక మొత్తం నేర్చుకోవటం అనే ప్రక్రియలో నిలబెట్టుకోటానికి ఒక ప్రముఖస్థానం వుంది. నేర్చుకునేటప్పుడు మనం జాగరూకులమై వుంటాం. నిలబెట్టు

కోవటం అంటే ఆ క్రియనే కొనసాగించటంఅని అర్థంకాదు. నేర్చుకున్న విషయం మనసులో నిలిచివుంటుంది. మనం దాన్నిగురించి యేమాత్రం ఆలోచించనపుడుగూడ అది నిలచి వుంటుంది. నిద్రలోగూడ అది అలాగే వుంటుంది. కాని ఆ కాలం అంతట్లో మరొక క్రియ జరుగుతూవుంటుంది. మరుపునుగురించి తెలుసుకునేటప్పుడు ఆ విషయాన్నిగురించి చర్చించుకుందాం.•

చదివింది నిలుపుకోవటమంటే ఏమిటి ?(ధారణశక్తి)

కొత్త విషయాన్ని నేర్చుకోవటంవల్ల మెదడులో నిర్మాణానికి సంబంధించిన మార్పులు వస్తాయని కొంతమంది సూచించారు. వీటినే జ్ఞాపకచిహ్నాలు అంటారు(Memory traces). జ్ఞాపకచిహ్నాలంటే మన స్వాధీనంలోవున్న ఒక వస్తువుపై వేసిన గుర్తులు. ఏ పరిస్థితిలో ఈ చిహ్నాలు చెరిగి పోతాయో లేక మరొకవిధంగా చేధింపబడుతాయో ముందు తెలుసుకుంటాం.

జ్ఞప్తి చేసుకోవటం:

జ్ఞాపకం అనే ప్రక్రియలో యిది మూడవ అంశం. ఇది సాంకేతికమైన మాటగాదు. దాని అర్థం మనందరికీ తెలుసు. మనం నేర్చుకునేది అవసరంవచ్చినప్పుడు జ్ఞాపకం తెచ్చుకోవటానికే. అలా జ్ఞాపకం తెచ్చుకోలేకపోతే అసలు నేర్చుకోవటమే అనవసరం. కనుక కావాలనుకున్నప్పుడు జ్ఞాపకంచేసుకునేశక్తి చాల ముఖ్యమైనది. ఒకవిషయం

జ్ఞాపకం చేసుకోలేకపోతే అది అసలు మనస్సులో లేదని అర్థంకాదు. అవసరంవచ్చినప్పుడు ఒక పేదీనిగాని, పేరును గాని జ్ఞప్తి చేసుకోలేకపోవటం, కాని మళ్లీ హఠాత్తుగా జ్ఞాపకంరావటం మనకు అనుభవమే. కావాలనుకున్నప్పుడు జ్ఞాపకంరాకపోతే మనం చాల బాధపడతాము. మళ్ళీ తరు వాత ఆ విషయాన్ని జ్ఞాపకం చేసుకోగలిగామంటే అది మనసులోనే వుందని అర్థం.ఒక్కొక్కప్పుడు కొంత భాగాన్ని మాత్రమే జ్ఞాపకంచేసుకోగలం. మరొకప్పుడు కొంతభాగం సరిగా జ్ఞప్తికి వస్తుంది. మిగతాది యితర అవసరమైన వాటితో కలిసిపోతుంది. ఏదో తప్పున్నదని చూచాయగా మనకు తెలుస్తుంది. అది యేమిటో తెలుసుకునేందుకు చాల సతమతమవుతాము. అయినా ప్రయోజనం వుండదు. జ్ఞప్తి చేసుకోవటం అనే ప్రక్రియలో యివి అన్నీ గమనించదగిన విషయాలు. విషయం మనస్సులో వున్నప్పటికీ యెందువల్ల జ్ఞప్తికిరాదు? వచ్చినప్పటికీ అది యెందువల్లనో తప్పుగా వుంటుంది? విషయం జ్ఞప్తికిరానప్పుడు మరచిపోయా మంటాము. ఒక విద్యార్థి తను మరచిపోయానని, ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పలేకపోయినపుడు ఆ మరుపు స్వభావాన్ని నిర్ధారణచేయటం అవసరం. విషయం మనస్సులో వున్నప్ప టికీ కేవలం జ్ఞప్తిచేసుకునే శక్తి లోపించటంవల్ల అలా జరు గుతూందా లేక విషయాన్ని మనస్సులో నిలుపుకోవటంలోనే లోపంవుందా? విషయం మనస్సులో సరిగ్గానేవుండి జ్ఞప్తికి రానప్పుడు దానిని పునస్మరణశక్తి లోపం (Recall Amnesia)అంటాము.విషయం మనస్సులోనిలుపుకోటంలోనే లోపం

వుంటే దానిని ధారణశక్తిలోపం (Retenfion Amnesia) అంటారు. జ్ఞప్తికి తెచ్చుకోవటంలో వచ్చే మరుపైతే కొంత ప్రోత్సాహం యిస్తే లేకుంటే విషయాన్ని అప్పటికి ఆలోచించకుండా వదిలిపెడితే సరిపోతుంది. జ్ఞప్తిచేసుకోవటంలో వచ్చే మరుపు ఈ ప్రయత్నంలో యేదో అడ్డురానటంవల్ల జరుగుతుంది. ఈ అడ్డు తరచు భయం, ఆదుర్దా మొదలైన భావోద్రేకాలవల్ల యేర్పడవచ్చు. కొంతమందికి రంగస్థలం మీదకు వెళ్ళగానే భయంపట్టుకుంటుంది. అప్పుడు వాళ్ళు బట్టిపట్టిన మాటలనుగూడ జ్ఞాపకంచేసుకోలేరు. ఇలాంటి వుద్రేకప్రకోపనంవల్లనే చాలమంది విద్యార్థులు క్లాసులో ప్రశ్నలకు సమాధానాలు చెప్పలేరు. అలాంటప్పుడు వాళ్ళను దూషించటం, దండించటం తప్పు. అందువల్ల వాళ్ళల్లో వ్యాకులత యెక్కువై జ్ఞప్తిచేసుకోవటం ఇంకా కష్టతరం కావచ్చు.

విషయం జ్ఞప్తికి రాకపోవటానికి మరొక కారణం వుండవచ్చు. దీనిని సాధారణంగా అడ్డు (Interference) అంటారు. ఒకప్రశ్నకు సమాధానంతోపాటు దానితో అనుబంధంగావున్న మరొక పాతఅనుభవంకూడ బయటికి రావచ్చు. అందుమూలంగా ఒకరకమైన సంఘర్షణ యేర్పడుతుంది. తత్ఫలితంగా కావలసినవిషయాన్ని జ్ఞాపకం చేసుకోవటం అసంభవమవుతుంది. మనం ఒకపేరు జ్ఞాపకం చేసుకోవాలన్నప్పుడు దానితో సంబంధంవున్న మరొకపేరు స్ఫురిస్తుంది అందువల్ల కావలసినపేరుని జ్ఞాపకంచేసుకోవటం అసాధ్యమవుతుంది. అనుబంధనంవల్ల యిలా అడ్డువచ్చి

నప్పుడు తాత్కాలికంగా ఆవిషయాన్ని ఆలోచించటం మానివెయ్యాలి. అప్పటికి దాన్ని వదిలేసి మరొకసారిదాన్ని జ్ఞాపకంచేసుకునేందుకు ప్రయత్నంచేయాలి. ఒకొక్కప్పుడు జ్ఞప్తికివచ్చిన విషయంలో కొంతభాగంమాత్రమే సరిగా వుంటుంది. కాని అది అవసరమైన యితరవిషయాలతో కలిసిపోతుంది. మనుపుస్వభావాన్ని తెలునుకోవటంలో యీసంగతి గుర్తుంచుకోవాలి. విషయంలో కొంత భాగంమాత్రమే జ్ఞాపకంవస్తే యెందువల్లనో మనస్సుకు తృప్తివుండదు. దానితో మరొకవిషయం జోడించటంవల్ల సంపూర్ణత్వం వస్తుంది. దీన్ని ముందుపేజీలలో వివరంగా తెలుసుకుందాం.

గుర్తించటం:

జ్ఞప్తిచేసుకోవటం, గుర్తించటం యీ రెంటికీ చాల దగ్గరసంబంధం వుంది. ఒకవిషయంతో మనకి ముందే పరిచయముందని సూచించటమే గుర్తింపు. పూర్వం ఆ వస్తువుతో పరిచయంవుందనేభావం యేర్పడుతుంది. మనం ఒక వ్యక్తిని చూచినప్పుడు అతన్ని అంతకుక్రితం చూచామనే భావంకలిగితే గుర్తుపట్టామన్నమాట. జ్ఞాపకం చేసుకోవటమనేది గుర్తించటంకంటే యెక్కువ చురుకుతనం కలిగిన క్రియ.

పరిచయాన్నిగూర్చిన తప్పుడు భావన:

ఇది చాల చిత్రమైనసంగతి. ఒకొక్కప్పుడు కొంతమంది ఒక ప్రదేశానికివెళ్ళటం మొట్టమొదటిసారివైనా తమకు

దాంతో ముందే పరిచయంవుందనే భావం కలుగుతుంది. క్రితంపరిచయం నిజంకాకపోయినప్పటికీ పరిచయంవుందనే భావంమాత్రం నిజంగా కలుగుతుంది. ఈ అనుభవాన్ని డీజావు (Dejavu) అంటారు. కాలేజీ విద్యార్థులలో నూటికి 50 మందికి ఈ అనుభవంవుందని అంచనా వేయబడింది. కాని దీనికి ఆమోదకరమైన సంజాయిషీమాత్రం లేదు. ప్రస్తుత పరిస్థితిలోని కొన్ని భాగాలు పాతస్మృతులను రేకెత్తించటం వల్ల అలా జరుగుతుందని కొంతమంది సూచించారు.

కనికట్టు(Hypnosis)-జ్ఞాపకశక్తి:

కనికట్టుకీ జ్ఞాపకశక్తికీ వుండే సంబంధంవల్ల అనేక సమస్యలు వుత్పన్నమవుతాయి. వాటికి యిప్పటికీ సమాధానం లేదు. కనికట్టు అర్థమే యిప్పటికీ విశదంకాలేదు. కనికట్టు ప్రభావంలో వున్నప్పుడు వ్యక్తులకు విపరీతమయిన జ్ఞాపకశక్తి, మరుపు వుంటాయి. కనికట్టు, జ్ఞాపకశక్తి, వీటికి అనుబంధంగా మూడురకాల అసాధారణమైన విషయాలు గమనించబడ్డాయి: (అ) కనికట్టువల్ల మరపు అధికంకావటం, (ఆ) కనికట్టుప్రభావంలో వున్నప్పుడు యిచ్చిన సూచనను తరువాత అమలుపరచటం, (ఇ) కనికట్టునుంచి బయటపడ్డ తరువాత కలిగే మరుపు.

(అ)కనికట్టులోనున్నప్పుడు అంతకుపూర్వం పూర్తిగా మరిచిపోయిన విషయాల్ని గూడ కొంతమంది జ్ఞాపకం చేసుకోగలరు. కనికట్టుద్వారా వాళ్ళ పూర్వస్మృతులను పునశ్చరణం చేసుకునేటట్లు చేయవచ్చు. ఆవిధంగా చాలా

కాలం క్రితానివీ, అప్పటికి కొద్దికాలం క్రిందటి స్మృతులు కూడ బయటపడతాయి. అలాంటి సందర్భాలలో జ్ఞప్తిచేసు కున్న పాతసంఘటనలను రికార్డులు మొదలైన ఇతర నిదర్శనాలద్వారాగూడ రుజువుచేశారు. ఈ శక్తిని కనికట్టు వల్ల అధికమైన జ్ఞాపకశక్తి (Hypnotic hyperamnesia) అంటారు. మానసిక వ్యాధిగ్రస్తులకు బాధాకరమైన వుద్వేగాన్ని కలిగించే అనుభవాలు (Repressed tranmatic experiences) ఉంటాయి. అలాంటి స్మృతులను బయట పెట్టి తద్వారా రోగి మానసికవ్యాధి కారణాలను తెలుసు కునేందుకు కొందరు మనోవైద్యులు యీ (Hypnotic hyperamnesia) ప్రక్రియను ఉపయోగిస్తారు. దీంట్లో మనకి వింతగలించేసంగతి ఒకటి వుంది. కనికట్టులో నున్న ప్పుడు వ్యక్తికేదైన సూచనచేస్తే ఆ ప్రభావంలోనుంచి బయ టికివచ్చినతరువాత ఆపని చేస్తాడు. కాని అతనికి తానా పని చేయాలని ఎవరో అంతకుముందు చెప్పినట్లు తెలియదు. ఆపని యెందుకు చేస్తున్నాడో కూడా తెలియదు. అతనికి కనికట్టులో నున్నపుడు రెండువందలగంటల తరువాత ఒక కాగితముమీద ఒక గుర్తు వేయాలని సూచిస్తే, తరువాత ఆ సంగతే ప్రస్తావించకపోయినప్పటికీ సరిగ్గా రెండువందల గంటల తరువాత అతను ఒక కాగితంముక్క తీసుకుని ఆ గుర్తువేస్తాడు. అలా గుర్తువెయ్యటానికి అవకాశం లేకపోతే అతను చాల బాధపడతాడు. దీంట్లో మరొక అంశం వుంది. దానిని కనికట్టులోంచి విముక్తిపొందినపిదప కలిగే మరపు (Post hypnotic amnesia) అంటారు కనికట్టులోవున్న

ప్నందు జరిగినదంతా వ్యక్తి మరచిపోతాడు. ముఖ్యంగా అలా మరచిపోవాలని సూచనచేస్తే అలా జరుగుతుంది. కాని మళ్ళీ ఆ కనికట్టుద్వారా అతనిని అనుభవాలను జ్ఞాపకంచేసుకునే టట్లు చెయ్యొచ్చు

జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరచుకోవటం:

విద్యార్థులు ప్రత్యేకంగా పెద్దచదువులోకి వచ్చేసరికి జ్ఞాపకశక్తి తగ్గిపోయిందని విచారిస్తూవుంటారు. బాగా చదివి నప్పటికీ జ్ఞాపకం వుండటంలేదని చెప్తారు. అలాంటివారిలో చాలామందికి వున్న చిక్కల్లా నేర్చుకునే పద్ధతుల్లోనే వుంటుంది. ముందు వాళ్ళకు చదివేవిషయం అంటే శ్రద్ధ వుందో లేదో తెలుసుకోవాలి. అలాంటి శ్రద్ధపుట్టటానికి ముందుచెప్పినట్లు నేర్చుకోవటంలో మంచిపద్ధతుల్ని అవలం బించాలి. నేర్చుకునే పద్ధతులు మెరుగుపర్చుకునేందుకు వీలుందిగాని నేర్చుకున్నది మనస్సులో వుంచుకునేందుకు కావలసిన ధారణశక్తి వృద్ధిఅయ్యేందుకు లేదు. విద్యార్థులు ముఖ్యంగా యువకులు మరొక ప్రస్తావన చేస్తూవుంటారు. తమకు ముందు మంచి జ్ఞాపకశక్తివుందని ఎందువల్లనో యిప్పు డది కోల్పోయామని అంటారు. వాళ్ళకు ఒకవిషయం ఖచ్చితంగా చెప్పాలి. నిజానికి జ్ఞాపకశక్తి అనేది తీవ్రమైన నాడీవ్యాధులు వస్తేతప్ప, వుడిగిపోదు వీళ్ళకి చిన్నతనంలో శ్రద్ధవున్న విషయాలు పరిమితంగా వుంటాయి. వాటిమీదే వారి ఆసక్తి పూర్తిగా కేంద్రీకృతమై వుంటుంది అందు వలన చదివినవరకు బాగా జ్ఞాపకము వుంటాయి. యౌవనం

నచ్చేసరికి వాళ్ళకు శ్రద్ధవున్న విషయాలు అధిక మవుతాయి. లైంగికేచ్ఛవల్ల అనేక మానసికసమస్యలు వుత్పన్నమవుతాయి. అవి వాళ్ళల్లో సంచలనాన్ని కలుగ జేస్తాయి. ఒక్కొక్కప్పుడు వుద్వేగంతోకూడిన సంఘర్షణాలు కలుగుతాయి. నేరంచేశామనేభావం యేర్పడుతుంది. ఈ సమస్యలతో సతమతమవటంచేత పనిమీద, పాఠాల మీద ధ్యానం నిలుపలేరు. అందువల్ల జ్ఞాపకశక్తి పూర్వం లాగా వుండదు. దానికితోడు జ్ఞాపకశక్తి పోతూందనే భయం ఒకటి యేర్పడుతుంది. అలాంటి విషమపరిణామాలు వస్తాయి. అప్పుడు పరిస్థితుల్ని చక్కపెట్టటానికి ఒకటేమార్గం వుంది. వాళ్ళ జ్ఞాపకశక్తి యేమీ తగ్గలేదని, జీవితపరిణామంలో అది ఒక దశ అని, అప్పుడు వాళ్ళకు శ్రద్ధకలిగించేవి, తెలుసుకో వాల్సినవి యెక్కువసంగతులు వుంటాయని నచ్చచెప్పాలి. ఆవిధంగా వాళ్ళను ప్రోత్సాహపరచి భయం, విచారం లేకుండా వాళ్ళు ఆ దశలోనుంచి బయటపడేటట్లు చెయ్యాలి. అలాంటి పరిస్థితిలో ఆత్మవిశ్వాసం పెంపొందించుకోవటం ఒకటే మార్గం.

ఒక్కొక్కప్పుడు కొంతమంది వాళ్ళజ్ఞాపకశక్తి పెంపొందించుకునేందుకు తరిఫీదు మొదలుపెడతారు. సక్రమమైన పద్ధతిలో నేర్చుకోవటం, మంచిఅలవాట్లు చేసుకోవటం ఒకటేమార్గం దానికి. వాళ్ళకు ఆత్మవిశ్వాసం కలిగేటట్లు చెయ్యాలి. జ్ఞాపకశక్తి అభివృద్ధిచేసుకొనడానికి మరేపద్ధతి ఉపయోగపడదు. మరికొంతమంది ముఖాలు, తేదీలు మొదలయిన కొన్నిట్లోమాత్రం జ్ఞాపకశక్తి తక్కువగా వుండం

టారు. (నాకు తేదీలు ఒకటి జ్ఞాపకముండవుతప్ప అసలు జ్ఞాపకశక్తి బాగావుందని) కొందరు అంటారు. ఇతర మానసిక లక్షణాలల్లోలాగానే ఈ విషయంలోకూడ వ్యక్తిగత భేధాలు వుంటాయి. కానీ అసలు భేధాలు ఒకడికి వుండే అలవాట్లవల్ల, శ్రద్ధవుండే విషయాలవల్ల యేర్పడుతాయి. మనం కలుసుకునే వ్యక్తులంటే నిజమైన శ్రద్ధవుంటే వాళ్ళ ముఖాలుగాని, పేర్లుగాని యెప్పుడూ మర్చిపోము. ఒకొక్కప్పుడు యెవరినైనా మనకు పరిచయంచేస్తే యాంత్రికంగా వాళ్ళను పలకరించినా వాళ్ళంటే శ్రద్ధ యేమీ చూపం. వాళ్ళనుగూర్చి యేమీ తెలుసుకోము. కొంతమంది స్వాభావికంగా చేసుకున్న అలవాట్లవల్ల యెవరినైనా కలుసుకుంటే వాళ్ళనుగూర్చి తెలుసుకోవాలని ఆసక్తిని చూపుతారు. అలాంటివాళ్ళు- పేర్లు, ముఖాలు తేలిగ్గా జ్ఞాపకముంచుకుంటారు. వాళ్ళకు యితర వివరాలుకూడా జ్ఞాపకముంటాయి. వివరాలను తెలుసుకునేందుకు బుద్ధిపూర్వకంగా ఆసక్తి చూపటం అలవాటుచేసుకుంటే చాలా వరకు వివరాలను గుర్తుంచుకునే శక్తి వృద్ధిఅవుతుంది.

మరుపు:

మరుపునుగూర్చి వెనకటి ప్రకరణాలల్లో చాలా తెలుసుకున్నాం. ఇక్కడ దాన్నిగూర్చి యింకా ప్రత్యేకంగా తెలుసుకోవటం అవసరం. మరుపు యెప్పుడూ మనకు చెరుపుచేస్తుం దనుకోగూడదు. నిజంగా మనకు దైనిక జీవితంలో వచ్చే అనుభవాలు, వాటిల్లో యెక్కువగా

దుఃఖాన్ని గల్గించేవి చూస్తూవుంటే మరుపనేది ఒక వరం అనిపిస్తుంది. వెనుక మనం పొందిన అనుభవాలన్నీ మనస్సులోనే నిలచివున్నయ్యని వూహించండి. జీవితం నిజంగా ఘోరనరకంగా వుంటుంది. మనం మరిచిపోగూడనివి కొన్ని విషయాలు వున్నాయి. అందువల్ల మరచిపోయినపుడు యేం జరుగుతుందో, యెందువల్ల మరిచిపోతామో తెలుసుకోవటం ముఖ్యం. ముందు చెప్పినట్లుగా మరుపు రెండురకాలుగా వుండవచ్చు. ధారణాలోపం కావచ్చు. పునశ్చరణలోపం కూడా కావచ్చు. పునశ్చరణకు సంబంధించిన మరుపును గూర్చి ముందే తెలుసుకున్నాం. ఇక ధారణకు సంబంధించిన సమస్యనుగూర్చి తెలుసుకోవాలి. ఆ లోపం కొద్దిగా వుండవచ్చు లేక పూర్తిగా వుండవచ్చు. మరుపుకు కారణాలను ఆధారంగా చేసుకుని దాన్నిగూర్చి రెండుభాగాలుగా పరిశీలన జరుపవచ్చు. ఒకటి సాధారణమైన మరుపు. రెండు అసాధారణమైన మరుపు.

సాధారణమైన మరుపు:

ఇది మూడు కారణాలవల్ల కలుగవచ్చు. ఒకటి: నేర్చుకున్న విషయం వుపయోగించకపోవటంవల్ల. రెండు: ఆటంకం వల్ల. మూడు:ఒక అనుభవం ఆక్రితంకల్గిన అనుభవాలను నిగ్రహించటంవల్ల. (అ) అనుపయోగంవల్ల మరుపు యెల్లా వస్తుందో తేలిగ్గా తెలుసుకోవచ్చు. సాధించిన నేర్పు యేదైనా చాలాకాలం వుపయోగించకపోతే తప్పక మరిచిపోతాం, నేర్చుకునేటప్పుడు బాగా క్షుణ్ణంగా నేర్చుకున్నా జ్ఞానం

ట్రీలో సిద్ధాంతం మధ్యలో వుపయోగించకపోతే కొంత కాలానికి మర్చిపోతాం. అలాకాకుండా అప్పుడప్పుడు ఆ సిద్ధాంతాల్ని వుపయోగిస్తూ లెక్కలుచేస్తే యెప్పటికీ మరిచిపోము. నేర్చుకున్నది అప్పుడప్పుడు పర్యాలోచన చెయ్యటం, నేర్చుకున్న సామాన్యసూత్రాలను వాడుకొంటూవుండటం ధారణకు చాల దోహదకారులు. అనుపయోగంవల్ల మరుపు, కాలక్రమేణ జరుగుతుంది.

(ఆ) రెండవది: మెదడులో కొన్ని గుర్తులు యేర్పడటంవల్ల ధారణ జరుగుతుందని ముందే తెలుసుకున్నాం. మనకు గలిగే ప్రతి అనుభవంవల్ల అలాంటి గుర్తులు యేర్పడుతాయి. చాలా స్వల్పపరిమాణంగల మనిషి మెదడులో ఈ గుర్తులన్నీ యెలా నిలుస్తాయన్నది నిజంగా విస్మయాన్ని కలిగిస్తుంది. కానీ ఒక్కవిషయం మనకు సాధారణంగా తెలిసివుండాలి. అనేకగుర్తులు ఒకదానిపై ఒకటి పడితే అవి చెరిగి రూపనాశనమవుతాయి. ఒకదానికి మరొకటి ఆటంకం అవుతాయి. దీన్నిబట్టి మనం తెల్సుకోవలసింది ఒకటి వుంది. అనేకవిషయాలు ఒకేసారి తెలుసుకునేందుకు ప్రయత్నించెయ్యకూడదు. తెలుసుకోవాల్సినవేవో యేమునుని క్రమంగా, తాపీగా తెలుసుకోవటంవల్ల ముందు ముందు చాలా వుపయోగకరంగా వుంటుంది.

(ఇ) మూడవది: మనశ్శాస్త్రవేత్తలు మరుపులో మరొక అంశాన్ని గమనించారు. ఇప్పుడు నేర్చుకున్న విషయం అంతకుముందు నేర్చుకున్న విషయాన్ని భంగపరుస్తుంది. సాధారణంగా ఒక ఫలితం దాని వెనుకనువుండే

కారణాన్ని బట్టి వస్తుంది. అంతేకాని దానివల్లంటూ రాదు. కానీ పైనచెప్పిన ప్రక్రియ ఈ సూత్రానికి విరుద్ధంగా జరుగుతుంది. మనం యిప్పుడు నేర్చుకున్న విషయం యింతకు క్రితం నేర్చుకున్న విషయాన్ని కొట్టివేస్తుంది. ఒక క్రియ ఫలితం అంతకుపూర్వం జరిగిన క్రియపై పడుతుంది. ఈ సందర్భంలో దీని అర్ధమేమిటి అంటే యిప్పుడు మనం నేర్చుకున్న విషయంవల్ల యింతకుపూర్వం నేర్చుకున్నవి మనం మర్చిపోవచ్చునని.

అసాధారణమైన మరుపు:

దీనికి కాలంతో నిమిత్తంలేదు. ఇది కొన్ని అసాధారణ పరిస్థితులవల్ల యేర్పడుతుంది. పైన ప్రస్తావించిన అంశాలతో దీనికి సంబంధం లేదు. శ్రద్ధగా, అర్ధవంతంగా నేర్చుకోవటం, క్షుణ్ణంగా నేర్చుకోవడం, పునఃపరిశీలన మొదలగువాటితో దీనికి సంబంధం లేదు. ఇది యెప్పుడూ ఒక అనుభవం జరగగానే యేర్పడుతుంది. దీనికి సాధారణంగా కారణాలు రెండు. ఒకటి: బయటి కారణాలవల్ల రావచ్చు. యెక్కడనుంచియైన పడటంవల్ల మెదడుకి తీవ్రమైన దెబ్బతగలటంచేత యిలాంటి మరుపు రావచ్చు. ఇది నాడీమండలానికి సంబంధించిన భంగపాటు. అందువల్ల వైద్యులసహాయం అవసరం. మనశ్శాస్త్రవేత్త దీంట్లో చెయ్యగల్గింది యెక్కువలేదు.

అంతర్గతకారణాలవల్ల యిదియేర్పడవచ్చు. ఫ్రాయిడ్ అంతఃశ్చేతస మనస్సుయొక్క ప్రాముఖ్యాన్ని బయటపెట్టి

నప్పటినుంచీ మన అనుభవాలలో అనేకం ఒక సెకండులో మరిచిపోతామన్న సంగతి అందరూ ఒప్పుకుంటున్నారు. ఆ ప్రక్రియను మనశ్శాస్త్రి పరిభాషలో మూసిపెట్టుకోటం (Repression) అంటారు. విషయం తనలోనే అణగివుందని వ్యక్తికి తెలియదు. అప్పుడు అతనికి విషయం యేమాత్రం జ్ఞప్తికి రాదు. ఇది వుద్వేగపూరితమైన సంఘర్షణవల్ల జరుగుతుంది. అందువల్ల మానసికవ్యాధి యేర్పడుతుంది. వీటిని మూడుపద్ధతులద్వారా బయటపెట్టవచ్చు. అవి:- మనస్థితి విశ్లేషణము (Psychoanalysis), కనికట్టు, స్వప్నగాథా వివరణం.

అసమ్మతంగా కనిపించేవిషయాలను బయటికి నెట్టివేయటానికి ప్రయత్నించటంవల్ల అసాధారణమైన మరుపు యెలా కలుగుతుందో వివరించటానికి ఒకగొప్ప మనశ్శాస్త్రివేత్త తన అనుభవాలనుంచి ఇతరుల అనుభవాలనుంచి అనేక ఉదాహరణలిచ్చాడు. దీనిని ఐచ్ఛికమైన మరుపు అని అనవచ్చు. కాని ఆ యిచ్ఛ ఆ వ్యక్తికి తెలిసినది కాదు.

ఒక స్త్రీ తాను పెళ్ళిరోజున ధరించాల్సిన గౌను దర్జీవాడిదగ్గరనుంచి తీసుకోవటం మరచిపోయింది. ఆరోజు సాయంత్రం 8 గంటలకు ఆమె కాసంగతి జ్ఞాపకంవచ్చిందట. దీనినిబట్టి ఆమె కా పెళ్ళిఅంటే యిష్టంలేదని అనుకోవచ్చు. నిజానికి తరువాత ఆమె అప్పుడు పెళ్ళాడిన భర్తకు విడాకులిచ్చింది.

మరుపు ఒక చురుకైన ప్రక్రియ:

సాధారణమైన మరుపు పైకి కనిపించకుండా కాల క్రమేపీ జరుగుతుందని మనం అనుకోవచ్చు. అన్ని సంద ర్భాలలో అలా జరగదని ప్రయోగాలవల్ల తేలింది. మనం ఒక కథ విన్నామనుకోండి. దాంట్లో ఎన్నో మనుష్యుల పేర్లు, స్థలాలపేర్లు, తేదీలు, సంఘటనలు మొదలైన వివరా లున్నాయనుకోండి. ఒక నెల అయేసరికి, మధ్యలో దానిని గూర్చి ఆలోచించకుండా వుంటే, స్వాభావికంగా వివరా లన్నీ మరచిపోతాం. తరువాత ఆకథ జ్ఞప్తి చేసుకోవలసిన అవసరంవస్తే, కొన్ని వివరాలు మరచిపోయామని ఒప్పుకోము. అనుకోకుండా మరచిపోయినచోట్లలో మనం కొత్తవిష యాలను నింపవచ్చు. మొత్తంమీద కథ అంతా చెప్తాం. కాని కొన్ని వివరాలు మొదట్లోలాగా వుండవు. కొన్ని పేర్లు మారవచ్చు. కొంతవరకుగాని, పూర్తిగాకాని, కొన్ని తేదీలు మారవచ్చు. కథ చెప్పేటప్పుడు తప్పుడు వివరాలిస్తున్నా మని మనం అనుకోము. మొదట్లో నేర్చుకున్నప్పటిలాగానే వివరిస్తున్నామని నిశ్చయంగా అనుకుంటాం. మనశ్శాస్త్రి వేత్తలు చాలామంది యీ విషయాన్ని పరిశీలించటానికి ప్రయోగాలు జరిపారు.

విన్నవిషయంలోని ఖాళీలు అప్రయత్నంగా పూరిం చటమనేది రెండురకాలుగా జరుగుతుంది: (అ) రూపభేదం అప్రయత్నంగానే జరుగుతుందని భావించారు. ఈ భావన ప్రకారం నేర్చుకునేటప్పుడే కొన్ని సంఘటనలను మన యిష్టానిష్టాలకు తగినట్లు మార్పుచేస్తాం. వస్తుజ్ఞాన సంపాద

నలో యిదే జరుగుతుంది. కథ మనం విన్నప్పు డెలా విన్నామో అలాగే తెలుసుకున్నవి కొన్ని వివరాలు సరిగా గ్రహించకపోవచ్చు. వాస్తవిక పరిస్థితుల్లో అర్థం చేసుకోవటం ఆంతరంగిక పరిస్థితులమీద ఆధారపడివుంటుంది. నేర్చుకునేటప్పుడే అసలువిషయాలుకాక మరేవో వాటితో అనుబంధమైనవి, అప్పటికప్పుడు తట్టినవి మన బుద్ధిలో వాటిస్థానంలో నాటుకుపోవచ్చు. ఇలాజరగటానికి వీలుంది. అనేకసందర్భాలలో యిలా జరగవచ్చు.

(ఆ) ఈ ఖాళీలు పూర్తిచేయటాన్నిగూర్చి మరొక సూచనకూడా వుంది. మనస్సుకి వున్నదనే ఒక ప్రత్యేక లక్షణంమీద యిది ఆధారపడివుంటుంది అనేక కారణాల వల్ల అసంపూర్ణంగా, అసంబద్ధంగావుండే విషయాలంటే మనకు తృప్తివుండదు. ఆ విషయాలను వెంటనే సరిదిద్ది సంపూర్తి చేయాలనే కోరిక వుంటుంది. చిన్నపిల్లలలో యీకోర్కె మరీ చిత్రంగా వుంటుంది. అందువల్ల కథల్లో కొన్నివివరాలు మరచిపోవటంచేత మనస్సుకు తృప్తివుండదు. ఈ ఖాళీలను వివరాలతో పూర్తిచేయటమనేది చాలా చురుకుగా జరుగుతుంది. ఒక్కొక్కప్పుడు ఆ సవరణలు చాలా బాగా ఉండవచ్చు. అందువల్ల, అసలు కథకు భిన్నంగా వున్నా, మళ్ళీ ఒక సంపూర్ణమైన కథ బయటికి వస్తుంది. అనేక ప్రయోగాలద్వారా ఒక మనశ్శాస్త్రవేత్త ఈ సంగతి రుజువు చేశాడు. మనమేదో బొమ్మను చూశామనుకోండి. కొంతకాలానికి దాంట్లో కొన్నిభాగాలు మరచిపోతాం. కొన్ని అర్థంకాక అసంబద్ధమైన భాగాలుమాత్రం జ్ఞాపకం

వుంటాయి. ఆ బొమ్మను గీయమని యెవరైనా అడిగితే మొదట నేర్చుకున్న బొమ్మకు భిన్నంగావున్నా, మొత్తం బొమ్మను గీస్తాం. వివరాలు యెలా పూర్తిచేశామో మనకే తెలియదు. ఆ మనశ్శాస్త్రవేత్త యీ ప్రక్రియ కొన్ని దశలుగా యెలా జరుగుతుందో నిరూపించాడు.

ఈ రెండుపద్ధతులు నిజంకావచ్చు. రెండు ప్రక్రియలు కలసి జరగవచ్చు. లేకపోతే విడివిడిగా జరగవచ్చు. వాస్తవికజీవితంలో యిలా మరచిపోవాలని వుద్దేశపూర్వకంగా మరచిపోవటానికి నిదర్శనాలు రెండు అనుభూతులలో కనిపిస్తాయి.

సాక్ష్యం యివ్వటం:

ఇద్దరిమధ్య దెబ్బలాట చూశామనుకోండి. దగ్గరగా నిలబడి జరిగినదంతా చూశాం. అందువల్ల మనం సాక్షులమవుతాం. ముఖ్యమైన సంఘటనను అందరం గుర్తించేవుంటాం. అంటే యెవరు యెవరిని కొట్టారో లేక పొడిచారో చూసేవుంటాం. కాని ఆ సంఘటనకి సంబంధించినవి యింకా చాలా వివరాలుంటాయి. అవి అంత ముఖ్యమైనవిగా కనుపించకపోవచ్చు. వాళ్ళు యెవ రేదిక్కుకి తిరిగివున్నదీ, యే దుస్తులు వేసుకున్నదీ, వాళ్ళ యెత్తు, ఆకారం, వాళ్ళదగ్గర యెవరన్నా వున్నదీ లేనిదీ, వెనకా సైకిల్ యేదన్నా వున్న సంగతి మొదలగు వివరాలుంటాయి. కాని వాటిసన్నిటినీ సమానంగా మనం గమనించివుండకపోవచ్చు. అందువల్ల కొన్నిరోజులకి వివరాలు చాలా మరచిపోతాము. కాని

సంఘటన కళ్ళార చూశామనిమాత్రం జ్ఞాపకం వుంటుంది. ఆ కేసులో సాక్ష్యంచెప్పాలిసివస్తే యెదుటిపక్షంవాళ్ళప్లీడరు అనేక వివరాలు అడుగుతాడు. కాని మనకు అవేమీ జ్ఞాపకం వుండవు. కాని మనస్సుకు ఒకలక్షణం వుందిగదా. ఐచ్ఛికంగా అనుకోకుండానే మరచిపోయిన వివరాలన్నీ పూర్తి చేస్తాం. ప్లీడరు ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించేటట్టుగా మనంచెప్పినదంతా తప్పు అని రుజువుచేయవచ్చు. అప్పుడుమనది తప్పుడు సాక్ష్యమవుతుంది. ఇలాంటివి తరచు జరుగుతుంటాయి.

పుకారు:

పీటిసిగురించి మనందరికీ తెలుసు, ఒక్కొక్కప్పుడు మొదట్లో బయలుదేరేటప్పటికి, చివరికి దీని స్వరూపానికీ యెక్కడా సంబంధం వుండదు. ఒక సంఘటన మనిషినించి మనిషికి పాకేసరికి చివరికి, అసలు జరిగినదానికి పూర్తిగా భిన్నంగా తయారవుతుంది. క్రొత్తపేర్లు వస్తాయి. విషయాలు పూర్తిగా అతిశయోక్తులైపోతాయి. అసలుసంగతి నాటకం లాగా వుంటుంది. దీంట్లోగూడా వుద్దేశపూర్వకంగా కలిగే మరుపులోవున్న సూత్రమే కనిపిస్తుంది. మనశ్శాస్త్ర విద్యార్థులు ఈ పుకారులను నమ్మటంలోను; యితరులకు అందజేయుటంలోను చాల జాగ్రత్తగా వుండాలి.

8. భావములు, భావోద్వేగములు

మన జీవితంలో చాలాభాగం భావ భావోద్వేగ చోదితమై నడపబడుతూ వుంటుంది. మానవుడు సాధించిన పనులలో చాల ఉత్కృష్టమైనవాటికి హీనమైనవాటికి ఈ వుద్వేగాలే కారణం. అతడి ప్రవర్తనలో ఉదాత్తత, అనుదాత్తత వీటివల్లనే ఏర్పడుతాయి. అతడి ప్రవర్తనలోనూ, సాధించిన కార్యాలలోనూ ఉత్కృష్టతకు సానుభూతి, ప్రేమ, జాతి వంటివి కారణం. అదేవిధంగా కోపం, ద్వేషం, ఈర్ష్యవంటివి భయంకరమైన, నీచమైన సంఘటనలకు దారితీస్తాయి. అంతకుమించి ఉద్వేగాలవల్ల కలిగిన వ్యాకులాలు, సంఘర్షణలు తరచుగా గాఢమైన మనోవ్యధలను కలగజేస్తాయి. మనం దైనిక అనుభవంలో చూస్తూవుంటాం. వ్యధలు మనలో ఎక్కువ సంచలనాన్ని కలగజెయ్యటమే కాకుండా, మన సామర్థ్యాన్ని, జీవితంలో మన సుఖానుభూతినికూడా మాపుజేస్తాయి.

మన ఆలోచనలమీద, మన భావోద్వేగాల ప్రభావం, కొన్నివిషయాలనుగూర్చి మనకుగలభావాలప్రభావం చాలా ఉంటుంది. లోగడ వివరించినట్లు, మన వస్తుజ్ఞానం ఎల్లప్పుడూ బయటవుండే ప్రేరకవస్తువులచేతనే నిర్ణయింపబడదు. అంతర్గతంగావుండే భావాలచేత, కోరికలచేతగూడ నిర్ణయింపబడుతుంది. అందువలన మన భావాలు, భావోద్వేగాలు మన ప్రవర్తనకు ప్రబలమైన ప్రేరకాలు.

భావాలను, భావోద్వేగాలను విడదీసిచూపటం తేలికైనపనిగాదు. "భావము" అనే మాటను ఎప్పుడూ అనేక అనుభూతులకు ఉపయోగిస్తుంటాం. సాధారణంగా భావం యొక్క తీవ్రత ఉద్వేగంకంటె తక్కువ. భావాలకు రెండు గుణాలున్నాయి.సుఖాన్ని కలిగించటం లేకుంటే దుఃఖాన్ని కలిగించటం. వాస్తవికదృష్టితో చూస్తే, భావాన్ని బలహీనమైన భావోద్వేగమని నిర్వచించవచ్చు. సుఖాన్ని కలిగించే అనుభవాలను పొందాలని దుఃఖాన్ని కలిగించే అనుభవాల బారినుండి తప్పించుకోవాలని మనం ప్రయత్నం చేస్తాం.

భావోద్వేగాలు:

పాఠ్యపుస్తకాలలో, ఉద్వేగాన్ని "జీవియొక్క కలత జెందిన స్థితియని" నిర్వచిస్తారు. ఉద్వేగావస్థలు వ్యక్తిత్వమంతటా కలిగే వ్యాకులతయే అలా నిర్వచించటానికి కారణం. అందులో గాఢంగా లోపలమాత్రమే ఏర్పడే మార్పులు, స్పష్టంగా బయటకు కనిపించే మార్పులుకూడా వుంటాయి. అవి: పిడికిలి బిగబట్టటం, పళ్ళు కొరకటం, దేహం వణకటం, బిగ్గరగా నవ్వటం మొదలైనవి. ఉద్వేగాలకు సాధారణంగా వ్యక్తికుండే అనేక ముఖ్యమైన శారీరకావసరాలతో సంబంధం వుంటుంది. అలాంటి అవసరాలు తీరినపుడు మనం కొన్ని ఉద్వేగాల అనుభూతిని పొందుతాం. వాటికి విఘాతంకలిగితే కోపంలాంటి ఉద్వేగాలు కలుగుతాయి. వ్యక్తి జీవితానికే ముప్పుకలిగినపుడు భయంలాంటి ఉద్వేగాలు ఏర్పడతాయి.

ఉద్వేగానుభూతికి ఆలోచన, విచక్షణలతో పొత్తు వుండదు. ఎటువంటి కలవరపెట్టే పరిస్థితిలోనైనా మనం ఒక సమస్యను వివేచనతో ఎదుర్కొంటే ఉద్వేగాలు ప్రకోపించవు. ఎప్పుడు తర్కాన్ని వుపయోగిస్తే ఉద్వేగం శాంతిస్తుంది. తార్కికమైన వివేచన ఉద్వేగాన్ని అడ్డుతుంది. అదే విధంగా బలమైన ఉద్వేగం తార్కికమైన ఆలోచనకు ప్రతిబంధక మవుతుంది. ఆ రెండిటికీ విరుద్ధతవుంది. మన మెంత వరకైతే వివేచన నుపయోగిస్తామో అంతవరకు ఉద్వేగాల అధీనంలో వుండం. భావాలలాగా కాకుండా ఉద్వేగాలు బలవత్తరమైనవనటంచేత వాటివెనుక ఒక "స్థాయిభావం" ఏర్పడుతుంది. కొంతసేపు ఉద్వేగం ప్రకోపించిపోయిన తరువాత దానికిసంబంధించిన ఒక స్థాయిభావం ప్రవేశిస్తుంది. మనందరకు ఒక అనుభవముంది. ప్రళయంగా కోపంవచ్చిన తర్వాత మనలో "కోపం" అనే స్థాయిభావ మేర్పడుతుంది. అప్పుడు మనకు అనేకసార్లు ప్రతి చిన్నవిషయానికి కోపం వచ్చే అవకాశముంది. అదేవిధంగా యెక్కువభయం కలిగినపుడు మరొక "స్థాయి" భావమేర్పడుతుంది. అప్పుడు ఏ చిన్నశబ్దమైనా భయంపుడుతుంది.

కోపము, ఉగ్రత:

పిల్లల చేష్టలను అడ్డగిస్తే వాళ్ళకు కోపంవస్తుంది. వాళ్ళదారిలోనున్న వస్తువులన్నీ తన్ని, పెనుగులాడి తీవ్రమైన అనిష్టాన్ని ప్రదర్శిస్తారు. అడ్డగింపు మరీ ఎక్కువైతే కొన్ని పరిస్థితులలోవాళ్ళలో వ్యాకులతమాత్రం జనిస్తుంది.

కోపం, కోరిక తీరనప్పుడుకలిగే సాధారణ ప్రతిచర్య. కోపం వచ్చినప్పుడు మన కోరికకు అడ్డుగావున్న విషయంమీద దాడిచేస్తాం. పిల్లల ప్రాథమికావసరాలతో సంబంధంవున్న కోరికలకు అడ్డువస్తే వాళ్ళకోపం చాలా తీవ్రంగావుంటుంది. మనశ్శాస్త్రవేత్తలలో ఎక్కువమంది కోపమొక అత్యవసర పరిస్థితి నెదుర్కొనటానికేర్పడిన ప్రాథమిక, ఆంతరంగిక చర్యగా భావిస్తారు. అందువలన కోపానికి గొప్పశక్తిని కూడ గట్టే లక్షణం వుంది.

మనమందరం గమనించేవుంటాం. తీవ్రమైన ఉద్వేగ మేర్పడితే మనకొక కొత్త శక్తి వచ్చినట్టుంటుంది. మనకు నిజంగా కోపంవచ్చినప్పుడు సాధారణ పరిస్థితులలో మన కుండే శక్తికంటె అధికశక్తితో పోట్లాడుతాం. అదేవిధంగా భయంవేస్తే మామూలుకంటె ఎక్కువవేగంతో పరుగె త్తుతాం. దానికి "ఏడ్రినల్స్" (adrenals) అను పేరుగల ఎండోక్రీన్ గ్రంధులు (endocrine glands) కారణం. వ్యక్తి తీవ్రమైన ఆతుర్దాతో నున్నప్పుడు ఆ గ్రంధినుండి ఏడ్రినిన్ (adrenin) అనే ద్రవం వస్తుంది. అది చాల శక్తి కల పదార్థమనటంచేత శరీరంలోని వివిధాంగాలకు హెచ్చు శక్తినివ్వటమేకాక చురుకుదనాన్ని కూడ పుట్టిస్తుంది.

కోపంవచ్చినపుడు బాహ్యప్రవర్తన తీరు పిల్లవాడు పెరిగి పెద్దవాడయేసరికి మారుతుంది. ఆ తీరులో వ్యక్తికి వ్యక్తికి మధ్యకూడ తేడావుంది.

చిన్నతనంలోవుండే దుడుకుతనం ప్రతీకారచర్యగానో, వాగ్రూపమగు ప్రతిఘటనగానో, వ్యాకులతగానో మార

వచ్చు. తనశక్తి ప్రదర్శించినూపాలనే కోరిక, కామవాంఛ వంటివి భంగమైతే కోపానికి కారణమవుతాయని ప్రయోగాలవల్ల రుజువైంది. ఆధునిక జీవనపరిస్థితులలో అధికారము, గౌరవము, ధనము మొదలైనవి పొందాలనే కోరికల భంగమవటంకూడ కోపానికి ప్రబల ప్రేరకం.

భయము (Fear):

సాధారణంగా పిల్లలకు రెండుపరిస్థితులలో భయం కలుగుతుంది. పెద్దశబ్దము లేక ఊతతప్పిపోవడం. భయమనే ఉద్వేగానికి సామాన్యమైన, ప్రాథమికమైన స్థితి "ఉలిక్కిపడుట" అనవచ్చు. ఇది సాధారణంగా పిల్లలలో కనిపించినప్పటికీ, పెద్దవాళ్ళలోకూడా హఠాత్తుగా పెద్దశబ్దమైనప్పుడు ఈ లక్షణం కనిపిస్తుంది. ఈ విషయంలోకూడ వ్యక్తులలో తేడాలున్నాయి. నెపోలియన్‌నుగూర్చి ఒక చిత్రమైన కథ వుంది. ఆయన నిర్భయుడని ప్రతీతి. ఆయన ఖైదిగా నున్నపుడు ఎగతాళిచెయ్యడంకోసం కొంతమంది అధికార్లు ఒక పన్నాగం పన్నారు. నెపోలియన్‌ను టీపార్టీకి పిలిచారు. సరిగా టీ తీసుకునేసమయంలో ఒకపెద్ద తుపాకిప్రేలేటట్లు ఏర్పాటుచేశారు. అలా తుపాకి ప్రేలేసరికి ముందు తెలిసినప్పటికీ ఆ అధికార్లందరూ ఉలిక్కిపడి టీ ఒలకబోసుకొని కప్పులు కిందపడేశారు. కాని నెపోలియన్‌మాత్రం ఏమాత్రం చలించక ఏమీజరగనట్లు టీ త్రాగుతూనే వున్నాడట. సైన్యంలోకి ఆఫీసర్లను ఎన్నుకునేటపుడు వాళ్ళు ఏ పరిమితి

వరకు ఉలిక్కిపాటు కలిగించే ప్రేరణాలను భరించగలిగేదీ చూడడం చాల అవసరం.

భయం విపరీతమైతే మన ప్రవర్తన క్రమమంతా చిన్నాభిన్నమైపోయి వణకటం ప్రారంభించవచ్చు లేకపోతే ఏమాత్రం చలనంలేకుండా నిలబడిపోవచ్చు. పరుగెత్తటం కాని లేక సురక్షితమైన స్థలాన్ని చేరడంకోసం ఇతరచర్యలు తీసుకోవడానికిగాని అవసరమైన శక్తి, మనోబలం అప్పుడు వుండవు.

భయంపుట్టినపుడు భౌతికపరిణామాలలో వచ్చే దశలు చాల చిత్రంగా వుంటాయి.

ఉద్వేగములు(Emotions), మనోరాగములు(Sentiments), శీలము (Character):

సక్రమమైన ఉద్వేగనియమనపద్ధతికీ సచ్ఛీలంయేర్పడటానికీ దగ్గరసంబంధం వుంది. ఉద్వేగాలవల్ల మనోరాగాలు కలుగుతాయి. సాధారణంగా ఒక వ్యక్తిమీదగాని, ఒక సంస్థపట్లగాని ఒక ఉద్వేగంమాత్రనే వుండదు. ఉదాహరణకు-విద్యార్థికి ఉపాధ్యాయుడంటే ఒకప్పుడు ఇష్టం కలుగుతుంది. అందువలన సంతోషకరమైనఉద్వేగం కలుగుతుంది. మరొకప్పుడు ఉపాధ్యాయుడు కఠినంగావుంటే ద్వేషం, భయం కలగవచ్చు. కాని క్రమేపి విద్యార్థికి ఉపాధ్యాయుడంటే ఒక స్థిరమైన భావమేర్పడుతుంది. ఈ భావం వెనుకటి ఉద్వేగాలమీద ఆధారపడి వుంటుంది. అలాంటి వైఖరిని "మనోరాగం" అంటారు. అదేవిధంగా మనకు తల్లి

దండ్రులంటె ఆపేక్ష, ప్రేమ వున్నప్పటికీ కొన్ని సందర్భాలలో వాళ్ళంటే కోపం, భయం కలుగుతాయి. కాని మొత్తంమీద ప్రేమ, ఆపేక్ష స్థిరపడిపోతాయి. అవి క్రమంగా ఏర్పడిన మనోరాగాలు. అదేవిధంగా మనకు దేశంపట్ల ప్రేమవుంది. కాని ఒకప్పుడు, ప్రజల ప్రవర్తనూ, నాయకుల ప్రవర్తననూ చూస్తే మనకు ఏహ్యాభావం కలిగి దేశమంటే ద్వేషంకూడా ఏర్పడవచ్చు. ఈ విషయంలోకూడా ఉద్వేగాలన్నిటినీ ఒక ప్రత్యేకమైన విలక్షణమైన మనోరాగంద్వారా అభివ్యక్తం చేస్తాం. ఈ విధంగా ప్రజలమీద, కొన్ని వస్తువులమీద, కొన్ని భావాలమీద, నైతిక ఆదర్శములమీద, మతసంబంధమగు విలువలమీద కొన్ని సంస్థలమీద మనం మనోరాగాలు ఏర్పాటు చేసుకుంటాం.

ఈ మనోరాగాలన్నిటినీ ఒక విలువకు అభిముఖంగా సంధానపరచుకున్నప్పుడు వ్యక్తికి శీలమేర్పడుతుంది. జీవితంలో కొన్ని గాఢవిశ్వాసాలమీద, ధ్యేయాలమీద క్రమబద్ధంగా ఈ మనోరాగాలేర్పడితే శీలమేర్పడుతుంది. అందువల్లనే సచ్ఛీలం ఏర్పడాలంటే సక్రమమైన మనోరాగాలుండాలి. కనుక సక్రమముగాఏర్పడి స్వాధీనతలో నుండిన ఉద్వేగాలు సచ్ఛీలానికి పునాదివంటివి. వ్యక్తికి శీలమున్నమేరకే గౌరవం లభిస్తుంది. చిన్నపిల్లల్లాగా మనం ఉద్వేగాలనన్నిటిని సత్వర అవసరాలమీద, లాభాలమీద కేంద్రీకరించటానికి వీలుంది. అపుడు మనోరాగాలన్నీ స్వార్థపూరితా లవుతాయి. అలాఏర్పడిన శీలం చాల హీనంగా

వుంటుంది. అలాగాకుండా వ్యక్తి తన ఉద్వేగాలను, మనో వికారాలను యథార్థమైన, శుభకరమైన, సుందరమైన, ఉదాత్తమైన విలువలమీద ఏర్పాటుచేసుకుంటే నిజాయితీ గల్గిన, సద్గుణపూరితమైన, సుందరమైన శీలమేర్పడుతుంది.

వ్యధలు (Worries):

వ్యధలందరికీ వుంటాయి. అవి రెండురకాలు. అప్పటి కప్పుడు, ఒక పరిస్థితివల్ల ఏర్పడి తాత్కాలికంగా వుండేవి. రెండవరకానికి చెందినవి స్థిరంగావుండటమేకాక అలవాటుగా కూడ మారవచ్చు. చిన్నచిన్న విషయాలమీద తాత్కాలి కంగా ఏర్పడేవ్యధలంత తీవ్రమైనవి కావు. నిజానికి అవి ఒక లక్ష్యాన్ని సాధించడంలో మన కార్యక్రమాన్ని ఒక పద్ధతి ప్రకారం నడపటానికి ఉపయోగిస్తాయి. కొంతకాలం స్థిరంగా వుండేవ్యధలు మనల్ని చాలవరకు బాధిస్తాయి. కొంతమంది ఎప్పుడూ వాళ్ళఆరోగ్యాన్నిగూర్చి ఆదుర్దాపడతారు. మరి కొంతమంది తాము ప్రేమించేవాళ్ళ ఆరోగ్యాన్నిగూర్చి వ్యధపడతారు. ఉదాహరణకు-పిల్లవాడు బడినుంచి రావటం ఒక అరగంట ఆలస్యమైతే వాడికేదో ప్రమాదం జరిగి వుంటుందని మనస్సంతా పాడుచేసుకుంటారు కొందరు. కొంతమంది అకారణంగా తమ ఉద్యోగం నిలుస్తుందో నిల వదో అని ఆదుర్దాపడుతుంటారు.

అవ్యక్తంగా ముందు ఏం రాబోతుందోనని వ్యధ పడేవాళ్ళు కొందరు. వీటివలన మనిషికి ఏమాత్రం ప్రయో జనం లేదు. నిజానికవి పైకి కనిపించకుండా చాల హాని

చేస్తాయి. వాటివల్ల జీవితంలోవుండే ఉత్సుకత, మాధుర్యం హరించిపోతాయి. ఈవ్యథలు సాధారణంగా ఆత్మవిశ్వాసం లేనివాళ్ళకు కలుగుతాయి. చిన్నతనంనుంచీ ఒక న్యూనత (inferiority complex) భావంతో పెరగటంచేత ఈ వ్యథ లేర్పడుతాయి.

ఎదురుగావుండే సమస్యను పరిష్కరించటానికి కార్య క్రమ మేదో తలపెట్టి చేయటం, వీటిని నిగ్రహించే మార్గా లలో ఒకటి. సమస్య బలవత్తరంగా కన్పించినా లక్ష్యాన్ని సాధించటానికి ఏదో కార్యక్రమాన్ని తలపెట్టాలి. కొంత మంది వ్యథలను ఇతరుల సానుభూతిపొందటానికుపయోగపడే సాధనంగా వాడుతారు. ఈ అలవాటు వాళ్ళకు బాల్యం నుంచీ వుంటుంది. కావలసినవాళ్ళు సానుభూతిచూపిస్తే వాళ్ళవ్యథలు మాయమవుతాయి.

9. స్వప్నాలు-ఊహలు-ఆలోచనలు

మనం యింతవరకు అనేక మానసిక ప్రక్రియలను గూర్చి తెలుసుకున్నాం. మనోవికాసం మనకు బయటప్రపంచంతో వుండే సంబంధంమీద ఆధారపడివుంటుంది. పైన ప్రస్తావించిన ప్రక్రియలుకాక గమనించవలసినది మరొక ప్రక్రియవుంది. దానినే ఊహించటం అంటాం. ఊహ అంటే మానసిక వ్యాపారం (Mental manipulation). దీనిలో పాత అనుభవాలను మానసిక బింబాలరూపంగా జ్ఞాపకం చేసుకుంటాము. అవి మన పూర్వ అనుభవాల నమూనాలోనైనా వుండవచ్చు లేక నూతనభావనలు కావచ్చు. మత్స్యకన్య ఆకారాన్ని గురించి మనందరికీ తెలుసు. ఆ బొమ్మ సగం స్త్రీ ఆకృతిని పోలివుంటుంది. సగం చేప ఆకారంలో వుంటుంది. అదేవిధంగా వాస్తవికమైనవీ, వాస్తవంకానివీ అనేక ఆకారాలను మనం ఊహించి సృష్టించవచ్చు.

ఊహవల్ల అనేక ఉపయోగాలున్నాయి. దీనివల్ల మనిషి అనేక కొత్త విషయాలను కనుక్కుంటున్నాడు. కళాఖండాలను సృష్టిస్తున్నాడు. ఆహ్లాదకరమైన కథలూ, నవలలూ వ్రాస్తున్నాడు. ఈ విధంగా వినోదం, విజ్ఞానం వూహవల్ల చేకూర్చుకుంటున్నాము. చిన్నపిల్లలుగూడా వాళ్ళ ఆట పాటల్లో ఉహాశక్తిని వుపయోగించుకుంటారు.

ఈ శక్తివల్లనే వాస్తవికంగా అసంభవమైన సన్నివేశాలను గూడా వూహించుకుని చిన్నపిల్లలు చాల సంతోషంగా ఆడుకుంటారు. సృజనాత్మకమైన కళ కల్పనా శక్తిమీదనే ఆధారపడివుంటుంది. దీనిని నిర్మాణాత్మకమైన వూహ అంటారు. కేవలం పాత అనుభవాలను జ్ఞాపకం చేసుకోవటం కూడా ఒకరకమైన ఊహే అవుతుంది. కాని దానికీ నిర్మాణాత్మకమైన ఊహాశక్తికీ తేడావుంది. ఈ శక్తి ఆలోచనలో, హేతువాదంలో గూడా వుపయోగిస్తుంది. రెండూ రెండూ కలిపితే నాలుగవుతుందని తెలుసుకునేందుకు ఒక పిల్లవాడు ముందు రెండు గోళీలను తీసుకుని తరువాత వాటికి మరో రెండు గోళీలు కలిపి వాటిని ఒకటి, రెండు, మూడు, నాలుగు అని లెక్కపెట్టవచ్చు. అది కేవలం స్థూల మనో వ్యాపారం (Motor manipulation)అవుతుంది. పిల్లవాడు యీ కూడికను గోళీలు వుపయోగించకుండా మానసికంగా చేయగలిగితే దానిని ఊహ అంటారు. మన సమస్యలను పరిష్కరించటానికి స్థూలమనోవ్యాపారం (Motor manipulation) పెద్దగా వుపయోగపడదు. కొంత పరిమితివరకు మాత్రమే అది ఉపయోగపడుతుంది. ఊహాశక్తివల్ల ఆలోచనను, వివేచనను, వుపయోగించుకుని తద్వారా మన విజ్ఞానాన్ని అభివృద్ధి పరచుకోగలుగుతున్నాము. వెనుక చెప్పినట్లు చిత్రలేఖకుడు, శిల్పి, శాస్త్రవేత్త, పరిశోధకుడు, కవి, నవలారచయిత, విలక్షణమైన ఊహాశక్తి వల్లనే నూతన సృష్టిచేసి జీవిత సౌభాగ్యానికి దోహదంచేస్తున్నారు.

మనలో యీ శక్తి వుండటంచేతనే వాళ్ళ శిల్పాలను రచనలను అభినందించగలుగుతున్నాము.

మనోరూపాలు లేక మానసికబింబాలు (Mental images):

మనోరూపాలను సృష్టించగల శక్తి మానవుడికి వుండటంవల్లనే ఊహాకల్పన సాధ్యమవుతున్నది. ఈ ప్రక్రియలో పాత అనుభవాలే పూర్తిగా ప్రతిఫలించవచ్చు. లేకపోతే అవే కొత్తరకంగా అమర్చబడవచ్చు. బాలురు క్లాసులో కూర్చున్నప్పుడు వాళ్ళు అనేకవిషయాలు వూహించవచ్చు. వాళ్ళ మనస్సుల్లో అనేక రూపాలు మెదులుతాయి. అవి మానసిక బింబాలు. మీ తల్లిదండ్రులను గూర్చి అలా వూహించారనుకోండి. వాళ్ళ ఆకృతులు మీకు మనస్సులో కనిపిస్తాయి. వాస్తవికంగా వాళ్ళ యెదుట నిలబడ్డప్పుడుగూడ మీరు వాళ్ళ ఆకృతులను చూస్తారు. వాటిని వూహాబింబాలు అనం. వ్యక్తులు ప్రత్యక్షంగా మీ యెదుట వున్నారు. అందువల్ల మీకు పొందేది ప్రత్యక్షజ్ఞానం. అలా వ్యక్తులు మీ యెదుట లేకుండా వాళ్ళనుగూర్చి వూహించి, వాళ్ళ ఆకృతులను జ్ఞప్తికి తెచ్చుకుంటే యేర్పడేవి మనోరూపాలు. వీటిని స్మృతి బింబాలు [Memory images] అనికూడా అంటారు.

వివిధ వస్తువులకు సంబంధించిన బింబాలు మనస్సులో వుంటాయి. ఒక వస్తువుయొక్క ఆకారం, ఒక వ్యక్తి కంఠధ్వని, ఒక పువ్వు పరిమళం, ఒక పదార్థంరుచి, అలసిపోయినప్పుడు కండరాలస్థితి, వీటినన్నిటినీ వూహించగలం. ఇలాం

టివి అసంఖ్యాకమైన స్మృతి బింబాలున్నాయి. అవి దృష్టి బింబాలు, శ్రవణబింబాలు, ఘ్రాణబింబాలు, చలనానికి,స్థితికి సంబంధించిన బింబాలు మొదలైనవి. వస్తువును, ప్రత్యక్షంగా చూసేటప్పుడు కలిగే అనుభూతి దాన్ని జ్ఞాపకం చేసుకున్నపుడు కలిగే అనుభూతికి భిన్నంగా వుంటుంది. స్మృతి బింబాలను పొందే శక్తిలో వ్యక్తులలో తేడాలున్నాయి. ఒక వ్యక్తికిగూడా వివిధ జ్ఞానేంద్రియాలకు సంబంధించిన బింబాలను సృష్టించుకునే శక్తి సమానంగా వుండదు. ఒకడికి దృష్టిబింబాలు యేర్పాటు చేసుకోవటంలో చతురత వుండవచ్చు. మరొకడికి ఘ్రాణబింబాలు విశదంగా యేర్పడవచ్చు. సంగీతకారులకు శ్రవణబింబాలు బాగా బలంగా వుంటాయంటారు. చిత్రలేఖకులకు దృష్టి బింబాలు బలంగా వుంటాయి.

పగటి కలలు :

ఊహకు ఎప్పుడూ ఒక లక్ష్యం వుంటుందనటానికి వీలు లేదు. మనలో చాలామందికి వూహ ఒక క్రీడలాంటిది. మనకు పనేమీలేకుండా ఖాళీగా కూర్చున్నప్పుడు, ముఖ్యంగా చుట్టుపట్ల యేం జరుగుతుందో గమనించకుండా కూర్చుంటే వూహ నిర్విరామంగా సాగుతుంది. అనేక కథలను వూహిస్తాం. వాటన్నిట్లోనూ మనదే ముఖ్యపాత్ర. ఈ రకంగా లక్ష్యంలేకుండా సాగే వూహను పగటి కలలు అంటాము. పగటికలలంటే తరచు యేమీ అర్థంలేనట్లనిపిస్తుంది. అవి ఒకరకమైన వ్యర్థపు టాలోచనలని కొంతమంది భావం.

అలా అనుకోకూడదు. మనం వాటిని జాగ్రత్తగా పరిశీలిస్తే వాటి గూఢార్థం బోధపడుతుంది. వాటికి యెప్పుడూ మన ఆశయాలతో, ఆకాంక్షలతో, అనుభవాలతో సంబంధం వుంటుంది. కనుక అవి అర్థంలేని పిచ్చి భావనలని తోసిపారేయటానికి వీలులేదు. వాటి విశిష్టత మన శాస్త్రవేత్తలకి తెలుసు. పగటికలలద్వారా ఒకడి మానసిక స్థితిని గురించి, అతని జీవితంలో సమస్యలను గురించీ తెలుసుకోవచ్చు. గాలిలో మేడలు కట్టటం మనకు అనుభవంలో వున్నదే. గొప్ప సాహసకృత్యాలు చేసినట్లో, క్రీడారంగంలోనో, చదువులోనో పెద్ద ఘనత సంపాదించినట్లో, పెద్ద శాస్త్రపరిశోధన చేసినట్లో మనం కలలు కనవచ్చు. పగటి కలలు మూడురకాలు.

(1) వీటిలో ఒక కథానాయకుడుంటాడు. వాడు అద్భుతమైన పనులుచేసి, ఆటంకాలన్నీ దాటి, విజయాన్ని సాధిస్తాడు. కథానాయకుడంటే కలకంటున్న వ్యక్తియే. ఆ కథానాయకుడిద్వారా కలకనేవాడు తన ఆకాంక్షలను ప్రకటిస్తాడు. ఈ కథాక్రమం వయస్సునుబట్టి మారుతూవుంటుంది. ఓ చిన్నపిల్లవాడు తనకేవస్తువుకావాలో అది తన దగ్గరకే వచ్చినట్లు, తాను ఎక్కడికి వెళ్ళాలంటే అక్కడకు దేవతలాగా యెగిరి వెళ్ళినట్లు కలగనవచ్చు. అంతకంటె కొంచెం పెద్దపిల్లవాడైతే, తానొక రైలు, లేక విమానాన్ని నడుపుతున్నట్లు కలగనవచ్చు. యువకుడు తాను అనేక సాహస కృత్యాలు చేస్తున్నట్లు, యుద్ధంచేస్తున్నట్లు లేకపోతే క్రీడారంగంలో క్రొత్తప్రమాణాన్ని సృష్టించినట్లు కలగన

వచ్చు. ఒక యువతి తానొక అందాలసినిమా తార ఐనట్లూ యువకులందరూ తన వెంటబడి తనను అభినందింమతున్నట్టు కలగనవచ్చు. వీటన్నిట్లోనూ పరిసరాలను లొంగుబాటు చేసుకుంటున్నాము అనే తృప్తి పొందుతాము. వీటిలో కథానాయకుడు, పరిస్థితులతో పోరాడి విజయుడవుతాడు. అందువల్ల వీటిని "విజయాన్ని సాధించే కథానాయకుని కలలు" (Conquering hero type) అంటారు. మనకి ఒక్కొక్కప్పుడు మిశ్రమమైన భావాలుంటాయి. ఒకవైపు అశక్తులము, బలహీనులము అనే భావం వుంటుంది. రెండో వైపు అప్పుడే యేదో ఘనకార్యాలు సాధించాలనే భావం కూడా వుంటుంది. వాస్తవికంగా అలాంటి ఘనకార్యాలు చేయలేము కాబట్టి,వూహాప్రపంచంలో వాటినిసాధించి తృప్తి పొందుతాము. అందువల్ల యివి మన బలహీనతకు ప్రత్యామ్నాయంగా వుంటాయి! ఈ సాధనంద్వారా మనలో వుండే హైన్యభావాన్ని పారద్రోలవచ్చు.

(2) మరొక రకమైన కలలున్నాయి. వీటిలో కథానాయకుడి జీవితం బాధలతో నిండివుంటుంది. వీటిని "బాధితుడైనకథానాయకుడి కలలు" (Suffering hero type) అని అంటారు. వీటిలో తనను ప్రతివాళ్లు తక్కువగా చూస్తున్నారని, లేకపోతే తనకి అన్నీ కష్టాలే వస్తున్నాయనీ, తనకు అదృష్టంలేకపోవటంవల్ల,యితరులు ద్రోహం చేయటంవల్ల, చేబట్టిన ప్రతిపనీ విఫలమవుతూందనే భావం కలుగుతుంది. కొద్ది ఆశాభంగమైనా, చిన్న దెబ్బతగిలినా, గోరంతలు కొండంతలుచేసి తోటివాళ్లు తనకు సానుభూతి చూపా

లని కోరుతాడు. ఈరకంగా వ్యక్తి తన ప్రాముఖ్యాన్ని నిలబెట్టుకోగలుగుతున్నాననే తృప్తి పొందుతాడు.

(3) మూడవరకం పగటికలలు పైన చెప్పిన రెంటి కంటే వేరుగా వుంటాయి. వీటిలో వ్యక్తి, తను యెన్నో కష్టాలలోవున్నట్లు, తనకు సంబంధించిన వాళ్ళకెవరికోగూడా అనేక విపత్తులు వస్తున్నట్లు వూహిస్తాడు. ఇది విపరీతమైన వ్యథ మాత్రమే. మనం అప్పుడప్పుడు యేదో ఒక విషయం గురించి వ్యథపడటం కద్దు. కాని కొంతమంది మనుష్యులకు కొన్ని అసాధారణ కారణాలవల్ల యెప్పుడూ ఎడతెగకుండా వ్యథపడుతున్నట్లు పగటికలలు కంటూవుంటారు. ఇది యెందువల్ల జరుగుతుందో అసాధారణమనస్తత్వశాస్త్రంలో తెలుస్తుంది. మన మనస్సులో కొంతభాగం అవ్యక్తచేతనం (Unconscious)గా వుంటుంది. దాంట్లో వుండే విషయాలు పగటికలల రూపంగా, స్వప్నాలరూపంగా, రకరకాల ఆకారాల్లో బయటికి వస్తాయి.

మొత్తంమీద వ్యక్తి వికాసంలో పగటికలలకు ముఖ్యమైన పాత్రవుంది. వీటిద్వారానే వర్తమాన జీవితాన్ని మనం రూపొందించుకుంటాం. వీటిద్వారానే మన జీవితాన్ని మెరుగు పరచుకునేందుకు ఆలోచన చేస్తాం. కాని వీటిని సరిగ్గా వుపయోగించుకోవాలంటే కార్యసాధనలోకి దిగాలి. ఊహించినవి ఆచరించటం మొదలుపెడితే దాని వల్ల మనకు మంచి వుపయోగంవుంది. కాని వాటిని వాస్తవిక జీవితంలో పొందని తృప్తిని సాధించే సాధనాలుగా

మాత్రమే వుపయోగిస్తే అవి నిరుపయోగాలవుతాయి, మనం నిష్ప్రయోజకులంగా తయారవుతాము.

అవ్యక్తచేతనం (Unconscious):

మనస్సంటే మామూలుగా వ్యక్తచేతన మాత్రమే అని అనుకుంటారు. ఆధునిక మనశ్శాస్త్రం ప్రకారం మనస్సులో చేతనంకాని భాగాలుకూడా వున్నాయి. మనస్సులోని భాగాలు మూడు అని చెప్పవచ్చు. లేకపోతే మనస్సు మూడుస్థాయిలలో పనిచేస్తుందని అనుకోవచ్చు. భౌతికంగా ఈ విభాగాలు వున్నాయనుకోకూడదు. వీటిని గూర్చి జర్మనీదేశపు మనశ్శాస్త్రివేత్త ఫ్రాయిడ్, మనకు అనేక విశేషాలు తెలియపరచారు. ఎప్పుడైనా పరిసరాల్లో కొంతభాగమే మన దృష్టిలో వుంటుంది. మనమేదైనా పని చేస్తున్నామనుకోండి. అప్పుడుచేస్తున్న పనిగాక మరికొన్ని యితర విషయాలుకూడా మన చేతనాపథంలో వుంటాయి. మీరు ఒక పుస్తకం చదువుతున్నపుడు ధ్యానం దానిమీద వుంటుంది. కాని గదిలో వుండేటటువంటి వస్తువులు, బయట పిట్టలు అరవటం, రోడ్డుమీదనుంచి వచ్చే శబ్దం మొదలైన వన్నీ మీ చేతనాపథంలోనే వుంటాయి. ఇవి అన్నీ కలిసి మీ మనస్సులోని వ్యక్తచేతనా భాగం అవుతుంది.

సరిగా వీటిక్రింద భాగంలో ఇంకా అనేక విషయాలు ఉంటాయి. కాని వీటిని గురించిన స్పృహ మనకు అప్పుడు వుండదు. కాని వాటిని మనం వ్యక్తచేతనంలోకి తెచ్చుకో వచ్చు. "చేతన మనస్సు" క్రిందవుండే అంతస్థును ఉపచేతన

(Preconscious) అంటారు. కొందరు అంతశ్చేతన (Sub-conscious) అనికూడా అంటారు. కాని అలా వాడకూడదు. దానిలో ఆ క్షణం మన చేతనాపథంలో లేనివి అనేకవిషయాలుంటాయి. కాని వాటిని కావాలంటే మనం వెంటనే జ్ఞాపకంచేసుకోవచ్చు. ఉదయం కలసినటువంటి స్నేహితులు, క్రితంరోజున జరిగిన వనభోజనం, కొన్ని సంవత్సరాల క్రిందట చేసుకున్న పండగ, అలాగే అనేక అనుభూతులను మనం కావాలంటే వెంటనే జ్ఞప్తిచేసుకోగలం. అంటే వాటిని మరచిపోలేదన్నమాట. ఇవి మనస్సులో యేదో భాగంలో వుంటాయి. కావాలన్నపుడు తేలిగ్గా అందుబాట్లో వుంటాయి. మనస్సులో యీ భాగం వ్యక్తచేతనావిభాగంకంట్లే చాల విస్తృతమైనది.

ఈ అంతస్సుకి క్రింద మరొక విస్తృతమైన మనోవిభాగముంది. దానిని అవ్యక్తచేతన (Unconscious) అంటారు. దానిలో యేమున్నాయో మనకేమాత్రమూ తెలియదు. తెలుసుకోవాలనుకున్నా వాటిని వ్యక్తచేతనాస్థాయిలోకి తీసుకురాలేము. అంటే అవి యేమాత్రం జ్ఞాపకం రావన్నమాట. వాటి వునికే మనకి తెలియనప్పుడు, అవి వున్నవని మనకెలా తెలుస్తుందనే ప్రశ్న రావచ్చు. ఆధునిక అసాధారణ మనస్తత్వశాస్త్రంలో అనేక పద్ధతులద్వారా అవ్యక్తచేతనలోవుండేవిషయాన్ని బయటపెట్టటం తెలుసుకున్నారు. అవ్యక్తచేతన మన అదుపులో వుండదు. కాని దాంట్లో వుండేవిషయాలు పూర్తిగా అందుబాట్లో లేకుండా వుండవు. పూర్వ అనుభవాలు, ముఖ్యంగా ఉద్వేగయుతమైన మాన

సిక సంఘర్షణలను కలగజేసినవి, మనకు బాధకలిగించిన సంఘటనలు, సిగ్గుపరచిన సంఘటనలు, నేరంచేశామనే భావం మొదలైన అంశాలనల్ల అవ్యక్తచేతన యేర్పడు తుంది. ఆ సంగతులన్నీ నిజంగా మరచిపోము. వ్యక్తచేత నలోనుంచి అవి వెళ్ళగొట్టబడ్డాయి. ఆ ప్రక్రియను అణగ గొట్టటం (Repression) అంటారు. ఈ అనుభవాలు అవ్యక్త చేతనంలో స్తబ్ధుగా వుండవు. అవి బయటకు రావటానికి ప్రయత్నం చేస్తాయి. కాని ఒక వింతశక్తిచేత అవి ప్రతిఘటింప బడతాయి అందువల్ల ప్రత్యక్షంగా నిజరూపంలో బయటికి రాలేవు. మారురూపాలలో అవి బయటికి వస్తాయి. అవ్యక్త చేతనకూ మిగతా మానసిక అంతస్తులకు మధ్యవుండే సరి హద్దును కొన్ని మానసిక సాధనాలు కాపలా కాస్తుం టాయట. అవ్యక్తచేతనంలో వుండే విషయాలు బయటపడా లంటే ఆ సాధనాలనుండీ తప్పించుకోవాలి.

అవ్యక్తచేతన పరోక్షంగా మనకు తెలియకుండానే మన ప్రవర్తనకు ప్రేరకం అవుతుంది. మీరు యెవరైనా స్నేహితులతో యెక్కడకో వస్తారని చెప్పారనుకోండి వ్యక్త చేతనంలో మీకు హృదయపూర్వకంగా వెళ్ళాలని వుంటుంది. కాని సమయంవచ్చేటప్పటికి మీరా సంగతి మరచిపోతారు. తరువాత మీకది జ్ఞాపకంవస్తుంది. అందుకు మరచిపోయామని క్షమాపణ చెప్పకుంటారు. దీంట్లో మీ రేమీ అబద్ధం చెప్పిందిలేదు. కాని అసలు మానసిక కారణా లను అన్వేషిస్తే, మీకు అతనితో వెళ్ళటానికి అవ్యక్తచేత నలో యిష్టంలేదని, అందువల్ల మరుపువచ్చిందనీ తేలుతుంది.

మరపు ఇక్కడ వుద్దేశపూర్వకంగా జరుగుతుంది. అందువల్లనే దీనిని ఒక్కొక్కప్పుడు ఉపయోగకరమైనమరుపు అంటారు. నిజంగా యిది అవ్యక్తచేతన చేసినగమ్మత్తు. హిస్టీరియా, అకారణ భయాలులాంటి మానసికవ్యాధులు అవ్యక్త చేతనంవల్లే యేర్పడతాయి. మానసిక వ్యాధులకు ఆధునిక చికిత్సలో ముందు అవ్యక్తచేతనలను శోధిస్తారు.

అవ్యక్తచేతనకు మనమీద యెక్కువ ప్రాబల్యంవుంది. అది యెప్పుడూ చురుగ్గా శక్తివంతగా వుంటుంది. మన ప్రవర్తనలో అధికభాగం దీనిచేతనే నిర్దేశింపబడుతుంది. అవ్యక్తచేతనకు హేతువాద సూత్రాలతో నిమిత్తంలేదు. అందువలన ఒక్కొక్కప్పుడు అది గ్రుడ్డిగా వుంటుంది. నైతికసూత్రాలతోగూడా దానికి యెక్కువ ప్రమేయం లేదు. మన నైతికసూత్రాలన్నీ వివేకయుతమైన ఆలోచనల మీద, సామూహిక జీవితంమీద ఆధారపడివుంటాయి. అవ్యక్తచేతనకు యివంటే లక్ష్యంలేదు. గ్రుడ్డిగా తనదారిన అది పోతుంది. అందువల్ల అవ్యక్తచేతన యెప్పుడూ నీతి బాహ్యంగా వుంటుందనీ, మననెప్పుడూ తప్పుడు దోవలోకి దింపుతుందనీ అనుకోగూడదు. అది నీతిమంతమైనదనీ అనటానికి వీలులేదు. ఫ్రాయిడ్ ఒక చిత్రమైన సంగతి చెప్పాడు. జ్ఞాపకశక్తిలో లోపాలు, వ్రాతతప్పులు, ఒక పేరుకి మరోపేరు చెప్పటం, మొదలైనవన్నీ అవ్యక్తచేతన వల్ల నిర్దేశింపబడతాయని ఆయన అభిప్రాయం. మనమేదో ప్రమాదవశాత్తు జరిగిందన్న సంఘటనకూడా యేదో కారణంవుందని ఆయన భావన. మనం ఒకపేరు రాయాలిసి

నది మరోపేరు వ్రాస్తే అవ్యక్తచేతన కావాలనే ఆపని చేయించిందని ఆయన నిరూపిస్తాడు. అసాధారణ మనస్తత్వంలో మంచి తరిఫీనుపొందితే, 'మనస్తత్వ విశ్లేషణ' (Psycho analysis) అనే పద్ధతిద్వారా అవ్యక్తచేతనను శోధింపవచ్చును.

అతిశయ న్యూన ఆధిక్య భావాలు : (Complexes)

కొందరు తాము అధికులమనే భావంతోను, మరికొందరు తాము హీనులమనే భావంతోను సతమత మవుతూవుండటం మనకు తెలుసు వీటినే కాంప్లెక్సెస్ అంటారు. తెలిసో తెలియకో జనం యీ కాంప్లెక్స (Complex) అనేపదాన్ని వాడుతూనే వున్నారు. న్యూనత (Inferiority Complex) అనేభావం మనకు సారస్వతంలో పరిచితమైనదే. ఒకవ్యక్తి అధైర్యపడి, తాను చదువులోగాని, యితరపనులలోగాని మెరుగుగా లేనని భావిస్తుంటే న్యూనతాభావంవల్ల అలా అనుకుంటాడు అంటారు. ఆ పదాన్ని అలా ఉపయోగించటం తప్పు. కొన్ని పరిస్థితుల్లో మన పాత అనుభవాలు అవ్యక్తచేతనలోకి అణచి వేయబడతాయని ముందే తెలుసుకున్నాం. ముఖ్యంగా కోపం, నైతికసంఘర్షణ, సిగ్గు, నేరంచేశామనే భావం, భయం మొదలైన వుద్వేగంతోకూడిన అనుభూతులు అలా అవుతాయి. ఈ అనుభవాలు అవ్యక్తచేతనంలోకి పోయినప్పుడు క్రమబద్ధంగా సంఘటితం అవుతాయి. ఒకేరకమైన అనుభూతులు ఒక బలమైన అనుభూతి చుట్టూ గుంపుగా

కూడుతాయి. ఈ గుంపులు వ్యక్తచేతనలోకి రావటానికి ప్రయత్నం చేస్తాయి. కాని అది మారురూపంలో మాత్రమే వీలవుతుంది. అలా సంఘటితం కాబడిన అవ్యక్తచేతనంలోని విషయాలను ఆత్మాతిశయాలు (Complexes) అంటారు. ఎవరికివాళ్ళు తమ కలాంటి అతిశయభావాలు వున్నాయో లేవో తెలుసుకోలేరు. పరిశీలనవల్ల మాత్రమే అవి బయట పడతాయి. ఇవి మారురూపంలో బయటికి వస్తుంటాయి కాబట్టి వ్యక్తి అవి తన భావాలేనని తెలుసుకోలేడు. ఒక వ్యక్తి తనకు సంకోచం, అధైర్యం, న్యూనతాభావంవల్ల కలుగుతున్నాయని యెప్పుడూ ఒప్పుకోడు. కాని తనకి న్యూనత వున్నదని అతనికి తెలుస్తుంది. తనకేదో కొంచెం న్యూనభావం వుందని చెప్పినా, ఒక సంకీర్ణావస్థ యేర్పడిం దని అనుకోడు. నిజానికి న్యూనభావం అతిశయాధిక్య భావాన్ని (Superiority Complex) పరోక్షంగా అభి వ్యక్తంచేసే పద్ధతి కావచ్చు. కాని అది ఆ వ్యక్తికే తెలి యదు. అసాధారణ మనశ్శాస్త్రంలో మనకు సాధారణంగా వుండే అనేక అతిశయ భావోద్వేగాల్ని గూర్చి తెలుసుకుం టాము. అసాధారణమైన ప్రవర్తనకూ, మానసిక వ్యాధు లకూ యీ అతిశయ భావోద్వేగాలే కారణం. మానసిక వ్యాధి చికిత్సలో ముందు వీటిని తెలుసుకోవాలి. ఫ్రాయిడ్, ఆడ్లర్ అను యిద్దరు ప్రముఖ మనశ్శాస్త్రవేత్తలు ఈ రెండు విధాల అతిశయభావాలకు ప్రాధాన్యం ఇచ్చారు. లైంగి కేచ్ఛతో సంబంధంవున్నా "ఈడిపస్ కాంప్లెక్సు" మనుష్యు

లందరిలోనూ ముఖ్యమైన అంశమని ఫ్రాయిడ్ అభిప్రాయం. న్యూనభావం ముఖ్యమైన అంశమని ఆడ్లర్ భావన.

కలలు :

లోకంలో అందరూ కలలుకంటూవుంటారు. దాంట్లో అసాధారణత యేమీలేదు. కాని వాటిలో ఒక ప్రత్యేకత వుండవచ్చు. అసాధారణ మనస్తత్వం వాటిద్వారా ప్రకటిత మవుతుంది. అందువలన అసాధారణ మనస్తత్వశాస్త్రములో వీటికి ప్రాముఖ్యం వుంది. కలకు వూహతో దగ్గర సంబంధం వుంది. మనం కలల్లోనూ సేవి చాలామటుకు వివిధ బింబాల సమూహాలు. వాటిలో కొన్ని వాస్తవానికి దూరంగా, వికారంగా వుంటాయి. కొన్ని వాస్తవికంగా వుంటాయి. ఒక్కొక్కసారి మెళుకువ వచ్చేసరికి కల పూర్తిగా మరచిపోతాం. అసలు కలగన్నామని అనుకోము. ప్రాచీనకాలంనుంచీ మానవులకు కలలు విశిష్టమైనవని తెలుసు వింతైన సంఘటనలు జరగటంమూలాన, సన్నివేశాలు ప్రస్ఫుటంగా వుండటంచేత. చనిపోయినవాళ్ళు గూడ కనిపించటంచేత, దేవతలు, చనిపోయిన తమ పూర్వీకులూవచ్చి, కలల్లో తమతో మాట్లాడుతారని ఆదిమజాతి మానవులు అనుకునేవాళ్ళు. కలలో ఆత్మ, దేహాన్ని వదలిపెట్టి దేవలోకంలో విహరించి వస్తుందని మరికొందరి అభిప్రాయం. అలాంటిభావాలు వుండటంవల్ల వాళ్ళు కలలు భవిష్యత్తులోవచ్చే సంఘటనలను సూచిస్తాయని అనుకునే వాళ్ళు. కొంతమంది కొన్ని బొమ్మలను, పట్టీలనువుపయో

గించి కలలకు అర్థంచెప్పేవాళ్ళు. ఈ బొమ్మలు వివిధ సంస్కృతులలో వివిధంగా వుంటాయి. ఆదిమజాతి మానవులకేకాక యీ కాలంలోగూడ సామాన్య మనుష్యులకు కలలనుగురించి అలాంటిభావా లున్నాయి కలల్లో ఎక్కువ అవ్యక్తచేతనంలోవుండే పాత అనుభవాలచేత నిర్ణయింపబడితాయని మనం భావిస్తాం. అవ్యక్త చేతనమైన మానసిక ప్రక్రియలకు స్వప్నం ఒక ప్రతిబింబం అని మనస్తత్వ విశ్లేషణ వాదులు (Psycho analytic School) నిరూపించారు. నిజానికి, అవ్యక్త చేతనను కనుగొనేందుకు కలలను పరిశీలించటం మంచిపద్ధతి.

కాని కలలన్నీ అవ్యక్తచేతన ప్రభావంవల్ల మాత్రమే యేర్పడవు. చేతనా మనస్సుకూ, అవ్యక్తచేతనకూమధ్య, మనస్సులో, మరొక అంతస్సువుందని, దానిలోవుండే విషయాలు వ్యక్తంగా లేకపోయినప్పటికీ, తలచుకోనగానే జ్ఞాపకంచేసుకోగలమనీ ఇదివరకే తెలుసుకున్నాం. దీంట్లో వుండే భావాలవల్ల, అనుభవాలవల్లకూడా కలలు రావచ్చు. ఉదాహరణకు 'ఏ' అనేవ్యక్తి 'బి'కి యేదో ఒక విషయాన్ని నచ్చచెప్పటానికి తీవ్రంగా వాదిస్తున్నాడనుకోండి. మధ్యలో 'సి' అనే మరొక స్నేహితుడు రావటంవల్ల వాళ్ళ సంభాషణకు అంతరాయం కలుగుతుంది. తరువాత వాళ్ళేదో ఇతర సంగతులు మాట్లాడి విడిపోతారు. 'ఏ' ఆరాత్రి లేక మరి కొన్నిరోజుల తరువాత ఆ వాదాన్ని కలలో కొనసాగించవచ్చు. ఆ అనుభవం సంపూర్తికాలేదు కాబట్టి అలాజరుగుతుంది. అలా అసంపూర్ణంగా విడిచిపెట్టబడ్డ అనుభవాలు

కలలో సంపూర్తి అవుతాయి. మనం స్నేహితుల్ని గురించి, బంధువులను గురించి, ప్రేమికుల్ని గురించి కనే కలలు చాలా వరకు యిలాంటివే. అంతకుపూర్వం జరిగిన అనుభవాన్ని స్వప్నంలో పునశ్చరణ చేసుకుంటామన్నమాట. శారీరకమైన సంచలనంవల్లకూడ కలలు రావచ్చు. నిద్రలో గొంతు ఆరిపోతే, తాను బక్కెట్లతో నీళ్ళు తాగినట్లు పిల్లవాడు కలగనవచ్చు బాగా శీతలతగావున్న ఒక రాత్రిపూట ఆరుబయట పడుకుంటే మంచుమీద జారుతున్నట్లు, ఆడుతున్నట్లు కలరావచ్చు. అలాంటప్పుడు కలలోవిషయం చాల విస్తృతంగా వుండవచ్చు. కలల్లోవుండే ఇతివృత్తాలను పరిశీలించటం అవసరం. కాని అవి శారీరకమైన కారణాలవల్లను, జ్ఞానేంద్రియ అనుభూతివల్లను రావచ్చునని నిరూపించవచ్చు. కలగనేటప్పుడు శారీరక సంచలనంవున్నా నిద్రాభంగం కాదు. దీన్ని ఆధారంగా చేసుకుని కొంతమంది కల నిద్రాభంగాన్ని వారించే సాధనమని వాదిస్తారు. ఈ సిద్ధాంతం పైనచెప్పిన కలలకు వర్తించవచ్చు. ఇతర కలలను విశదీకరించటానికి వేరేసిద్ధాంతాలు అవసరం. ఈ కలలు నిశ్చయంగా అవ్యక్తచేతనంవల్ల కలుగుతాయి. కనుక అవ్యక్తచేతనను అర్థంచేసుకునే పద్ధతిలోమాత్రమే నాటిని అన్వయించుకోవాలి. ఈ కల లన్నిట్లోనూ రెండు అంశాలుంటాయి. (1) బహిర్గతాంశం, (2) గూఢాంశము. మెలకువ రాగానే చెప్పేసంగతులు బహిర్గతాంశంమాత్రమే. దీనివల్లనే కల ఆంతర్యం బయటపడదని ఫ్రాయిడ్ రుజువు చేశాడు. కలకు లోతైన అంతరార్థం వుంటుంది. అదే

గూఢమైన అంశం. కలలను పరిశీలించటంలో గూఢంగా వుండే విషయాలను బహిర్గతం చేయాలి. ఈ ప్రక్రియను ఫ్రాయిడ్ కలలను నిర్మాణంచేసే (Dream formation) సాధనము అంటాడు. దీనిలో ముఖ్యంగా వుండే మరికొన్ని అంశాలనుగురించి ఆయన ప్రస్తావించాడు. అవి (1) సంక్షేపం చేయటం, (2) ఒక వ్యక్తికిగాని, వస్తువుకుగాని వుండే గుణాలను మరొక వ్యక్తికిగాని, వస్తువుకుగాని ఆపాదించటం (Displacement), (3) చిహ్నంతో సూచించటం(Symbolisation),(4)విస్తృతపరచటం(Secondary elaboration).

ఈ క్రింది వుదాహరణలో యివి స్పష్టమవుతాయి. ఒక కుర్రవాడిని వుపాధ్యాయుడు విపరీతంగా దండించాడు. అవమానపరిచాడు, కొట్టాడు. పిల్లవాడు చాలా బాధ పడ్డాడు. వాడికి బాగా కోపంవచ్చింది. సిగ్గేసింది. తాను నిస్సహాయుడనసే భావం కలిగింది. ఉపాధ్యాయుణ్ణి తిరిగి కొట్టాలనేంత కోపంవచ్చింది. కాని తాను చిన్నవాడనటం చేత, కొట్టినవాడు వుపాధ్యాయుడవటంచేత యేమీ చేయలేకపోయాడు. క్లాసులో పిల్లలందరియెదుట యీ సంఘటన జరగటంచేత, తను వాళ్ళదృష్టిలో తక్కువైపోయానని సిగ్గుపడ్డాడు. తానేమీ చేయలేకపోవటంవల్ల మనస్సులో తీవ్రమైన సంఘర్షణ రేగింది. ఈ సంఘటన అవ్యక్తచేతనలోకి అణిగి పోయింది. కొన్నిరోజుల తరువాత వాడికి ఒక కలవచ్చింది. దాంట్లో ఒక ఎలుక పిల్లితో పోట్లాడి దాన్ని చంపుతుంది. ఎలుక పిల్లిని చంపలేదుగాబట్టి ఈ కలకుఅర్థం లేదనిపిస్తుంది. మన కలల్లో యెక్కువ యిలాగే అసంగ

తంగా, అసంబద్ధంగా వుంటాయి. పైనచెప్పిన వుదాహరణలో ఎలుక పిల్లినిచంపటం అనేది బహిర్గతాంశం. దాని అంతరార్ధం యేమిటంటే తాను చిన్నపిల్లవాడుగా వున్నప్పుడు వుపాధ్యాయుడిపై కసితీర్చుకోవాలని అతనికున్న వాంఛ. తనే ఆ కలలోని యెలుక, వుపాధ్యాయుడు పిల్లి.

1) సంక్షేపం (Condensation) :

పై వుదాహరణలో బహిర్గతంగా కలలో కనిపించిన విషయం చాల చిన్నది. దాంట్లో క్లాసులో జరిగిన సంఘటనకు సంబంధించిన వివరాలేమీ లేవు. ఏ కలలోనైనా యింతే. బహిరంగవిషయం చాలా క్లుప్తంగా వుంటుంది. అనుభూతికి సంబంధించిన ముఖ్యాంశాలుమాత్రమే దానిలో వుంటాయి. దీంట్లో యేదో పొదుపుసూత్రం వుంది. కల విస్తృతంగా వుండి వివరాలు యెక్కువగా వుంటే నిద్రాభంగమై అందుమూలంగా వ్యక్తచేతనలోవుండే కోరిక తీరకుండాపోయే ప్రమాదం వుందిగాబట్టి విషయం సంక్షేపం చేయబడుతుంది.

2) ఒక వ్యక్తికిగాని వస్తువుకుగాని వుండే గుణాలను మరొక వ్యక్తికిగాని వస్తువుకుగాని ఆపాదించటం(Displacement):

బహిర్గతాంశంలో ప్రముఖంగా కనిపించేది అపార్థాన్ని కలుగజేయవచ్చు. దాంట్లో ఒకవ్యక్తికి ముఖ్యమైన పాత్రవుందని కనిపించవచ్చు. కనుక ధ్యాస అంతా వాడిమీద వుంటుంది. విచారణచేసి గూఢార్థాన్ని చూస్తే

ప్రాముఖ్యం మరొకవ్యక్తికి వుంటుంది. బహిర్గతాంశంలో వాడికి ప్రాధాన్యం వుండదు. ఈ సూత్రాన్ని స్థానవిని మయం (Displacement) అంటారు. దీంట్లో ఒక వ్యక్తికి గాని, ఒక సంఘటనకిగాని వుండే ప్రాముఖ్యం మరొక వ్యక్తికిగాని, సంఘటనకీగాని, ఆపాదించబడుతుంది. కలలో బహిర్గతంగా కనిపించేవిషయాన్ని మనం యెక్కువగా లెక్క చేయగూడదు. వ్యక్తులకుండే ప్రాధాన్యం దాంట్లో సరిగ్గా సూచించబడదు. స్వప్నాన్ని వివరించటంలో యీ జాగ్రత్త తీసుకోవాలి.

3) చిహ్నంతో సూచించటం: (Symbolisation)

ఏ కలలోనైనా నిగూఢంగావుండే అంశం పూర్తిగా మారిపోయి అనేక కొత్త ఆకృతులలో కనిపిస్తుంది. ఈప్రక్రియనే చిహ్నంతోసూచించటం(Symbolisation)అంటారు. పైనచెప్పిన వుదాహరణలో యెలుక కుర్రవాడికి చిహ్నం. ఈ సందర్భంలో యీ చిహ్నం సూచింపబడటానికి కారణం యేమిటంటే, పిల్లవాడికీ, ఎలుకకూ పరిమాణంలో సామ్యం వుంది. ఇద్దరూ అసహాయస్థితిలో వున్నారు. అదేవిధంగా వుపాధ్యాయుడికి బలం వుంది, అధికారం వుంది. పిల్లికి బలం వుంది, యెలుకమీద అధికారం వుంది. చిహ్నాలు యేర్పడటం అవ్యక్తచేతనశాస్త్రంలో ఒక చిత్రమైన ప్రక్రియ. ఈ చిహ్నాలు అనేక పరిస్థితులపై ఆధారపడివుంటాయి. అవి వయస్సు, ఆసక్తి, విజ్ఞానం, వికాసం, భాష, సంస్కృతి

మొదలైనవి. అందువలన సర్వలోకవ్యాప్తమైన చిహ్నాలంటూ ఉండవు.

4) విస్తృత పరచటం (Secondary elaboration) :

పైన చెప్పిన మూడు ప్రక్రియలవల్ల కల అసంగతంగా అర్థంలేకుండా తయారుకావచ్చు. ప్రతి కలలోనూ తప్పకుండా విస్తృతం చేయబడటం (Secondary elaboration) అనే మరొక ప్రక్రియగూడా వుంటుందని ఫ్రాయిడ్ చెప్పాడు. అందువలన సుసంఘటితమైన చక్కటికథ సృష్టించబడుతుంది. కథకు దీనివల్ల సంపూర్ణత్వం సిద్ధిస్తుంది. ఈ ప్రక్రియవల్లనే కల పైకి కుతూహలంపుట్టించే కథలాగా వుంటుంది. అవ్యక్తచేతనలో వుండేవిషయాలు వాటి నిజాకృతిలో వ్యక్తచేతనలోకి రానటానికి వీలులేదుకాబట్టి, విషయాలకు రూపభేధం కలిపించటానికి యీ ప్రక్రియలు జరుగుతాయి. వ్యక్తచేతనకి యిష్టంలేనివి కాబట్టి అవి అణగగొట్టబడ్డాయి. అవి నిజరూపంలోకనిపిస్తే వ్యక్తి వాటిని సహించలేడు. అవి రూపభేధంలేకుండా కనిపించగానే అతనికి నిద్రాభంగమయ్యే ప్రమాదంకూడా వుందంటాడు. కలలు తీరని వాంఛలకు పరోక్షంగా తృప్తియివ్వటంకోసం యేర్పడ్డాయని ఫ్రాయిడ్ భావన. వాంఛలు ప్రత్యక్షంగా తృప్తిపొందటానికి వీలుండదు. అందువలన అవి అణగగొట్టబడతాయి. అలాంటి కోరికలు కలలో మారురూపంలో తృప్తిపరప బడ

తాయి. కలలో తీర్చబడే కోరికలకు లైంగికవాంఛతో సంబంధం వుంటుందని ఆయన అభిప్రాయం.

కలల వ్యవధి :

కలలలో కొన్ని విస్తృతంగావుండి యెక్కువ వ్యవధిలో జరిగినట్లు కనబడతాయి. ఒక్కొక్కప్పుడు చాలా క్లిష్టమైన సన్నివేశాలు కనిపిస్తాయి. అందువల్ల రాత్రంతా కలలతోటే గడిచిందేమో ననిపిస్తుంది. అది యథార్థం కాదని పరిశీలనవల్ల తేలింది. బాగా విస్తృతంగా వుండే కలలుగూడా కొద్ది నిమిషములలో జరగవచ్చు. కలలలో వూహా బహువేగంగా సాగుతుందని కొందరనుకుంటారు. 'మూరి' అనే ఫ్రెంచి దేశస్థుడు కన్న కలలవల్ల, కలకు యెంత వ్యవధిపడుతుంది, దానిలో వూహా యెంత వేగంగా సాగుతుంది-అనేప్రశ్నలు వుత్పన్నమైనాయి. ఆ కల చాలా క్లిష్టమైనదట. దానిలో ఫ్రెంచివిప్లవంలోని సన్నివేశాలున్నాయట. తాను నేరస్థుడుగా విచారింపబడి వురితీయబడతాడు. కాని యిన్నిసంఘటనలు వున్నప్పటికీ ఈ కలకు కొన్ని క్షణాలేపట్టినట్లు నిరూపించారు. అతని మంచంమీాది తెరచట్రం విరిగి మీాదపడి అతడు మేల్కొనేలోగా ఈ కలంతా జరిగింది. ఈ సమస్యను పరిశీలించటంకోసం కొందరు మనశ్శాస్త్రవేత్తలు పరిశోధనలు జరిపారు.

ఈ ప్రయోగాలు ఊహకు సంబంధించినవి. వీటిలో వ్యక్తులు ఒక సంకేతము యివ్వగానే తమ భావాలను యెంత వేగంగా వీలైతే అంత వేగంగా విశృంఖలంగా సాగనివ్వాలి. ఒక కాగితం తీసికొని మనస్సులో ఒక ఆకృతి ఏర్పడినప్పుడల్లా దానికి ఒక గుర్తు వేసుకోవాలి. కొద్దిమార్పుతో మరొక ప్రయోగం వున్నది. దీనిలో వ్యక్తులు తమ పాత అనుభవాలను జ్ఞాపకం చేసుకోవాలి. మొదటిరకం ప్రయోగంలో వ్యక్తులను 20 లేక 30 సెకండ్ల విరామంలో ఆపి వాళ్ళ మనస్సులో యెన్ని ఆకృతులను చూసింది లెక్కిస్తారు. రెండవ ప్రయోగంలో మొత్తం అనుభవాన్ని జ్ఞాపకం చేసుకునేందుకు యెంత కాలం పట్టింది, యెన్ని సన్నివేశాలు స్పష్టంగా పూర్తిగా జ్ఞాపకం చేసుకోకలిగింది, లెక్క కడతారు. ఈ ప్రయోగాలవల్ల వూహ బహు వేగంగా సాగిందని తేలింది. ఒక వ్యక్తికి 4 గంటల 20 నిమిషాల వ్యవధిలో జరిగిన కొండలపై తన విహారయాత్రను 20.5 సెకండ్లలో పూర్తిగా స్మరించుకోగలిగాడని ఒక మనశ్శాస్త్రివేత్త కనుగొన్నాడు. అదే వ్యక్తి 5 సెకండ్లలో ఆ క్రితంరోజు షికారుకు సంబంధించినవి 20 బింబాలను చూడగలిగాడు. ఈ విషయాలనుబట్టి ఊహ బహు వేగంగా సాగుతుందని తెలుసుంది. అందువల్ల మన పూర్వానుభవాలు స్వల్ప వ్యవధిలో కలలో కనిపించటానికి అవకాశం వుందనటంలో ఆశ్చర్యపడవలసినదేమీ లేదు. కనుక ఒకే రాత్రిలో ఒకడు

డజను కలలు కనటానికైనా బహుశః 5 నిమిషాల కాలం కన్న యెక్కువ పట్టకపోవచ్చు.

ఆలోచన, హేతువాదము :

ఆలోచన చాలా ముఖ్యమైన ప్రక్రియ. దీనిలోనే మనుష్యులకు, జంతువులకు ముఖ్యమైన తేడావుంది. ప్రయోగాలవల్ల కొన్ని జాతుల తోకలేని కోతులుకూడా ఆలోచన చేయగలవని కనుగొన్నారు. మానవుడి జీవితం, శ్రేయస్సు, మానవజాతి పురోభివృద్ధి చాలావరకు ఆలోచనాశక్తిమీదనే ఆధారపడి వుంటాయి. ఆలోచనా శక్తికి, ఊహాశక్తితో దగ్గరసంబధంవుంది. ఊహాశక్తికి, జ్ఞాపకశక్తితో సబంధం వుంది. వీటికి అంతస్సంబంధాలువుండి, ఒకదానిమీద యింకొకటి ఆధారపడతాయి. జ్ఞాపకం చేసుకోవటమంటే పాత అనుభవాలను పునశ్చరణ చేసుకోవటం. ఊహలో యీ స్మృతి బింబాలను అదివరకు పరిచయమైన రూపంలోగాని లేక కొత్త రూపంలోగాని అమరుస్తాము. ఆలోచనలో ఊహ ఒక ప్రత్యేకమైన వుద్దేశ్యంతో సాగుతుంది. దీనిలో ఒక సమస్యను పరిష్కరించటంకోసం మన పాతఅనుభవాల్లో వుండే అంతస్సంబంధాలను శోధిస్తాము. ఊహ, ఆలోచన రెండూ జ్ఞప్తి బింబాలవల్లనే సాధ్యమౌతాయి. ఊహ, పద్ధతిబద్ధం అయి, ఒక వుద్దేశంకోసం నిర్దేశింపబడితే దీన్ని ఆలోచన అంటారు. పరిష్కరించాలిసిన సమస్య వచ్చినపు

డల్లా మనం ఆలోచించడం మొదలుపెడతాము. సమస్య చాలా స్వల్పమైనది కావచ్చు, కష్టతరమైనది కావచ్చు. ఉదాహరణకి — గదిలో సామాను యెలా సర్దాలనేది ఒక సమస్య. లేక విమానం యెలా యెగురుతుందో తెలుసుకోవటం ఒక సమస్య. ఈ ప్రశ్నలకు సమాధానం మనం ఆలోచన ద్వారానే పొందుతాము. ఈ ప్రక్రియలో పాత అనుభవాలను జ్ఞప్తి బింబాలద్వారా వుపయోగించుకుంటాము ఈ బింబాలద్వారా క్రొత్తసంబంధాలను సృష్టిస్తాము. శాస్త్రపరిశోధన ఉత్కృష్టమైన ఆలోచనా ఫలితమే కదా! ఆలోచించేటప్పుడు వీలైన అనేక వుపాయాలను వూహిస్తాము వాటిలో అవసరమైన వాటిని వాస్తవికంగా వుపయోగించి చూడకుండానే వదిలేస్తాము. అందువల్ల ఆలోచన మనం కాలం, శక్తి వృథాచేయకుండా వుండటానికి తోడ్పడుతుంది. తీవ్రంగా ఆలోచన చేసేటప్పుడు ఒక్కొక్కసారి సమస్యను పరిష్కరించటానికి అనుకోకుండా హఠాత్తుగా కిటుకు యేదో కనిపెడతాము దానినే అంతర్దృష్టి (Insight) అంటారు. అప్రయత్నంగా తప్పులు చేయకుండా అంతర్దృష్టి యెప్పుడూ యేర్పడదు. అందువల్లనే శ్రమలేకుండా ఉత్తేజము కలుగదు అంటారు

ఆలోచన. హేతువాదంలోని దోషాలు :

మన ఆలోచనల్లో అనేక తప్పులుంటాయి. ముఖ్యంగా రెండురకాల ఆలోచనలవల్ల తప్పులు జరగటమేకాక,

సాంఘిక సంబంధాలలో అపోహ, వివాదాలు యేర్పడ తాయి.

వాంఛాపూరిత భావన (Wishful thinking):

ఈరకమైన భావన వాస్తవిక ఆలోచనకు విరుద్ధంగా వుంటుంది. మనం చిన్నపిల్లలను పరిశీలిస్తే వాళ్ళ ఆలోచన లలో ఒక చిత్రమైన సంగతి గమనిస్తాము. వాళ్ళు, అన్ని విషయాలు తమకు అనువుగా వున్నాయి అనుకుంటూ ఆలో చన సాగిస్తారు. వాళ్ళ వాంఛలకు విరుద్ధంగా వుండే విషయా లను లెక్కచేయరు. వాళ్ళ ఆలోచన యెంతవరకూ యీ ప్రాతిపదికమీదనే సాగుతుంది. స్వాభావికంగా అలాంటి ఆలోచన తప్పుడుదారి పట్టిస్తుంది. నిజం మాట్లాడాలంటే అలాంటి మానసిక ప్రక్రియను ఆలోచన అనకూడదు. కొంత మంది పెద్దవారుకూడా జీవితంలో వుండే వాస్తవిక విషయా లను విస్మరించి యిలా ఆలోచిస్తారు.

నిర్హేతుకమైన ద్వేషాన్ని ఆధారంగా చేసుకునే ఆలోచన (Prejudiced thinking):

తత్కాలికన్న యెక్కువగా కోపం, భయం, ద్వేషం లాంటి వుద్వేగాలకు ఆలోచనమీద ఎక్కువ ప్రమాద మున్నదని కనుగొన్నారు. ఒక మనిషంటే యిష్టం లేకపోతే, వాడినిగురించి చెప్పిన చెడ్డవిషయాలన్నీ యథార్థం కాక

పోయినా నమ్ముతాము. ఒక ప్రత్యేకమైన హేతువాదంవల్ల అలాంటి నమ్మకం కలుగుతుంది. అది అకారణ ద్వేషంవల్ల జరుగుతుంది. దీనికి మరొక వుదాహరణ యివ్వవచ్చు. వాస్తవిక అనుభవంవల్ల ఒక వ్యక్తిఅంటే మనకు ద్వేషం యేర్పడవచ్చు దాన్ని ఆధారంచేసుకుని తొందరపాటుతో అతడు చెందివున్న వర్గాన్ని, లేక జాతిని దూషిస్తాము. ఆలోచన సక్రమంగా సాగటానికి యీ క్రింది జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

1. మనం మెళుకువతో పరిశీలన జరపాలి.

2. తుదినిర్ణయానికి వచ్చేముందు అవసరమైన వివరాలన్నీ గమనించాలి.

3. వివరాలు సేకరించటంలో నిర్హేతుకమైన ద్వేషాలకు తావు యివ్వకూడదు.

4. అతిశయోక్తి పనికిరాదు. తొందరపాటుతో వ్యక్తిలక్షణాలను అతను చెందిన వర్గానికి ఆపాదించకూడదు.

10. అసాధారణ ప్రవర్తన

మనశ్శాస్త్రి సూత్రాలు అసాధారణ ప్రవర్తనను పరిశీలించటానికికూడా వుపయోగపడతాయి. దీనిలో చికిత్సకు ప్రాముఖ్యంలేదు. అసాధారణ ప్రవర్తన యెలా ఆరంభమైందీ, దాని స్వభావం ఎలాఉన్నదీ ముఖ్యంగా పరిశీలించాలి. అసాధారణ ప్రవర్తనగల వ్యక్తి చర్యలకు సంబంధించిన అసాధారణ విషయాలన్నీ పరిశీలిస్తాం. అంటే వస్తుజ్ఞాన సంపాదనలో, ఆలోచనలోవుండే అసాధారణత, జీవితంలో చేసుకోవలసిన సర్దుబాటుల్లో వచ్చే లోపాలు అన్నీ పరిగణించవలసిందే. ముందుపేజీలలో వివిధ మానసిక వ్యాధుల లక్షణాలగురించి తెలుసుకుంటామి. ముందు సిద్ధాంతరీత్యా అసాధారణత అంటే యేమిటో తెలుసుకోవాలి సాధారణంగావుండే పరిస్థితికి భిన్నంగావుంటే అది అసాధారణమైంది అని అంటాం. కాని సాధారణత అనేదే మునుపు స్పష్టంగాలేదు. వ్యక్తిగతభేదాలున్నా సాధారణమైన మనుష్యులందరికీ కొన్ని నిశ్చయమైన లక్షణాలుంటాయని ఒప్పుకోవాలి. కొంతమంది ప్రవర్తన వాటికి కొద్దిగా భిన్నంగావున్నా సహిస్తాము. అంతకుమించి వికారాలుంటే ప్రవర్తన అసాధారణమైనదని భావిస్తాం. ఈ వికారాలు

మూడురకాలుగా వుండవచ్చు. ఒక వ్యక్తికి సాధారణమైన మనుష్యులకంటె సామర్థ్యం చాలా తక్కువగా వుండవచ్చు. లేకపోతే ఆ శక్తి సాధారణులలో ఉండేదానికంటె బాగా ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. మరో వ్యక్తి ప్రవర్తన సాధారణ ప్రవర్తనకు కొంచెం భిన్నంగా ఉండవచ్చు. చేతలలోకాని, క్రియలలోకాని, ఆలోచనలోగాని, భావాల్లోగాని మరొక వ్యక్తిని సాధారణులైన మనుష్యులతో పోల్చటానికే వీలుండదు. మనము వెంటనే అతనొక వింతవునిమని భావిస్తాం. అసాధారణత అనే పదాన్ని పైనచెప్పిన వాళ్ళల్లో మూడో రకం వాళ్ళకు అన్వయిస్తాం. కాని సామాన్యంగా యీ మూడురకాల వాళ్ళను అసాధారణమైన వాళ్ళనటంకద్దు. మూడు అంశాలనుబట్టి ఒకళ్ళ ప్రవర్తన అసాధారణగా ఉందని నిర్ణయిస్తాం.

1. ఏ ప్రవర్తనలోనైనా ఒక వర్గానికి ప్రమాణం అంటూ ఉంటుంది. మనుష్యుల ముఖ్యలక్షణాలన్నీ వివిధ పరిమాణాల్లో ఉంటాయి. వాటిని అంచనా వేయటానికి తగిన పరీక్షలున్నాయి. ప్రతిలక్షణానికీ సరాసరి పరిమాణం ఉంటుంది. అదే సాధారణతకు ప్రమాణంగా తీసుకోవచ్చు. సరాసరికి కొంచెంభిన్నంగావుంటే అది అసాధారణంకాదు. కాని ఆ వ్యత్యాసం ఒక స్థాయిని మించితే అసాధారణమవు తుంది. కాని యిక్కడ ఒక విషయం గమనించాలి. ఈ

పవర్తనా ప్రమాణాలు ఒక సమాజానికీ మరొక సమాజానికీ మారుతాయి. ఒక సమాజంలో సాధారణమైనది మరొక సమాజంలో అసాధారణమైనది కావచ్చు. కనుక వాటిని యెప్పుడూ సంఘసంస్కృతులనుబట్టి నిర్ధారణచేయాలి.

2. రెండవ అంశం తన పరిస్థితినిగురించి వ్యక్తికిగల భావానికి సంబంధించినది. ఒకవ్యక్తికి తనపరిస్థితి బాగాలేదని, తనకి సామర్థ్యంలేదని, తాను అనుకున్నరీతిగా జీవించలేక పోతున్నాననీ భావించవచ్చు. ఈ భావనలు అతనిలో యేదో లోపాన్ని, అసాధారణతను సూచించవచ్చు. మానసిక నరాల వ్యాధుల్లో (Psycho neuroses) చాలాభాగం యీ కోవకు చెందినవే. ఈ ఒక్క అంశాన్నిబట్టి ఒక వ్యక్తి ప్రవర్తన అసాధారణమైనదని నిర్ణయించలేము. మరికొన్ని తీవ్రమైన మానసిక వ్యాధులనుగురించి ముందు తెలుసుకుంటాం. వాటిలో వ్యక్తికి తానేపరిస్థితిలో ఉన్నాడో యేమీ తెలియదు.

3. మూడవ అంశంలో సమాజం దృష్టినిబట్టి అసాధారణతని నిర్ణయిస్తాం. తన ప్రవర్తననిగురించి వ్యక్తి యేమనుకున్నా ఆ ప్రవర్తన సమాజానికి హానికరంగావుంటే అది అసాధారణమైనది అని అంటాము. ప్రవర్తన సమాజం శ్రేయస్సుకు భంగకరంగావుంటే దానిని అసాధారణ ప్రవర్తన అంటాము. ఇక్కడకూడా పదాలను జాగర్తగా

వాడాలి. సమాజానికి హానికరమైన ప్రవర్తన అంతా అసాధారణత ఫలితమని అనటానికి వీలులేదు. దొంగిలించే అలవాటు సమాజానికి హానికరమైనది. అనేక సందర్భాలలో ఆ అలవాటు అసాధారణత యేమీ లేకుండాకూడా యేర్పడవచ్చు. కొంతమందికి దొంగిలించాలనే ఒక బలమైన ఆంతరంగికమైన వాంఛవుంటుంది (Klepto mania). దీనిని అసాధారణ లక్షణంగానే పరిగణిస్తారు. ఒక వ్యక్తి నిజంగా కోపంతో మరొకడికి హానిచేస్తే ఆ ప్రవర్తన ఖచ్చితంగా అసాధారణమైనది అని అనలేము. కాని ఒక మనిషి కారణం లేకుండా యిష్టంవచ్చినట్లు యితరులకు హానిచేస్తుంటే నిశ్చయంగా అతనిని అసాధారణమైన మనిషి అని అనవచ్చు.

సద్దుబాట్లు :

సాధారణమైన వ్యక్తికి యీ క్రింది లక్షణాలుండాలి. (1) అతని ప్రవర్తన భావి అవసరాలకూ, లక్ష్యాలకూ ఉన్ముఖంగావుండాలి. తనకు తానే యేర్పరుచుకున్న లక్ష్యాలను సాధించటంకోసం అతని దినచర్య నియోగింపబడాలి. (2) సాధారణమైన వ్యక్తికి అతని కార్యకలాపాలు కొంత తృప్తినిస్తాయి. (3) సాధారణంగా అతని బాహ్యప్రవర్తన సమాజంయొక్క ప్రమాణాలకు అనుగుణంగావుంటుంది. (4) అతనికి వంశాన్ని నిలబెట్టటానికి ఉద్దిష్టమైన లైంగిక వాంఛలు సహజంగా ఉంటాయి.

మానసిక సంఘర్షణలు, ఆశాభంగాలు :

నిత్యజీవితంలో అనేక సందర్భాలలో మనం కోర్కెలను తృప్తి పరచుకోలేము. పరిసరాలలోవుండే లోపాలవలన, మనలోనేవుండే లోపాలవల్ల చిక్కులు వస్తూవుంటాయి. చేసినపని విఫలమైతే మనం నిస్పృహ చెందుతాం. నిస్పృహ తీవ్రతలో స్థాయీభేధాలున్నాయి. ఆశాభంగాలవల్ల తీవ్రమైన మానసిక సంఘర్షణలు యేర్పడతాయి. పరస్పర విరుద్ధమైన కోరికలవల్ల సంఘర్షణలు వివిధ తీవ్రతలలో యేర్పడతాయి. ఈ సంఘర్షణవల్ల ఒక మానసికమైన బిగువు (Tension) యేర్పడుతుంది. అనేక పద్ధతులలో యీ బిగింపుల బారినుండి తప్పించుకునేందుకు మనం అనేకపద్ధతులను అవలంబిస్తాం. ఈ పద్ధతులనే సర్దుబాట్లు అంటారు. అసాధారణ మనశ్శాస్త్రంలో వ్యక్తి సంఘర్షణ కలిగించే పరిస్థితులలో యెలా సర్దుబాటు చేసుకుంటాడో పరిశీలిస్తాం. కొన్ని తీవ్రపరిస్థితులలో యీ సర్దుబాట్లు సాధారణమైన ప్రవర్తనకు చాల భిన్నంగా వుంటాయి. వాటి లక్షణాలే మానసికవ్యాధి సూచకాలవుతాయి. కొన్ని సర్దుబాట్లను సాధారణంగా వుపయోగించే అసాధారణ పద్ధతులు అంటారు. వాటిని సర్దుబాటు చర్యలు, లేకపోతే పలాయన చర్యలు, లేకపోతే ఆత్మగోపన విధానాలు అంటారు. ఇవి

యెక్కువగా అవ్యక్తచేతన స్థాయిలో జరుగుతాయి. అవి యీ క్రిందివి :

1. లోటు భర్తీచేసుకోవటం (Compensation) :

ఒకొక్కప్పుడు ఒక ఆశాభంగం కలిగించే పరిస్థితి నుండి తప్పించుకునేందుకు దానికి ప్రత్యామ్నాయంగా మరొక విషయంలో తృప్తిని పొందటానికి ప్రయత్నిస్తాం. ఒకొక్కప్పుడు యీ ప్రయత్నం విపరీతం కావచ్చు. 'యూజని శాండో' అనే ఆయన మొదట్లో చాల అనారోగ్యంగా, బలహీనంగా వుండేవాడుట. దీనితో కృషి చేయటంవల్ల తరువాత ఆయన జగద్విఖ్యాతుడైన బలాఢ్యుడుగా తయారైనాడు. తన బలహీనతకు ప్రత్యామ్నాయంగా యేదో ఘనతను సాధించాలి అనే గాఢమైన వాంఛ వుండటంచేత ఆయన అట్లా కాగలిగాడు. కొంతమంది చదువులో వెనుకబడివుంటే ఆ లోపాన్ని కప్పిపుచ్చుకునేందుకు క్రీడారంగంలో ఘనత పొందాలని ప్రయత్నం చేస్తారు. ఒకొక్కప్పుడు యీ సర్దుబాటు విపరీతంగా వుంటుంది. ఈ విపరీతపు సర్దుబాటు సమాజానికి ఆమోదకరమైన రూపంలో వుండవచ్చు, లేకపోతే సమాజానికి వ్యతిరిక్తమైన రూపంలో కావచ్చు. నెపోలియన్‌లాంటి మహానాయకులకు యేదో కారణంవల్ల మొదట్లో న్యూనతాభావం వుండేదని, దానిని నిగ్రహించటానికి పట్టుదలతో

కృషిచేసి వాళ్ళు ఘనకార్యాలను సాధించారని కొంతమంది మనశ్శాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయం.

2. హేత్వన్వేషణము [Rationalisation] :

మనుష్యులు తమ ప్రవర్తనను యేదోరకంగా సమర్థించుకోవాలని చూస్తారు. ఒకొక్కప్పుడు మనం పరిస్థితుల ప్రాబల్యంవల్ల తప్పుడుపనులు చేయవచ్చు. వాటికి అసలు కారణాలను బయటపెడితే మన బలహీనత, హైన్యం స్పష్టమవుతాయి. అందువలన వాటికి సాంఘికంగా సమ్మతమైన కారణాలను వెతికి మన ప్రవర్తనను సమర్థిస్తాం. దీంట్లో మనల్ని మనం మోసం చేసుకుంటాం, యితరులను మోసం చేస్తాం. నక్క, పులుపు ద్రాక్షపళ్ళ కథ దీనికి ఒక చక్కని వుదాహరణ. చాలామంది విద్యార్థులు పరిస్థితులు అనుకూలంగా లేకపోవటంవల్ల పరీక్షలో తప్పుతుంటారు.

3. దిగజారటం (Regression) :

పిల్లవాడికి వాడు అడిగింది యివ్వకపోతే నేల మీదపడి దొర్లి హాకం పడతాడు. చిన్నతనంలో యిది స్వాభావికమే. కాని పెద్దవాళ్ళు అలాచేస్తే అస్వాభావికంగా వుంటుంది. ఆశాభంగం అయినప్పుడు, పెద్దవాళ్ళు చిన్నపిల్లల్లాగా ప్రవర్తిస్తే బాల్యదశకుదిగజారారు అంటాము.

కొంతమందిలో యిది ఉధృతంగా వుంటుంది. అందువలన తీవ్రమైన మానసికవ్యాధి లేక ఉన్మాదస్థితి వస్తుంది.

4. స్వస్వభావాపాదనా (Projection) :

దీంట్లో ఒకవ్యక్తి తనలోవుండే లోపాలు, దోషాలు యితరులలో వున్నాయనుకుంటాడు. ఇతరులమీద అపవాదులు వేసేవాళ్ళు తమ నైతికప్రమాణాలను గూర్చి సంఘర్షణ పడుతూవుంటారు. సమాజంలో విఫలుడైన వ్యక్తి యెప్పుడూ యితరులలో తప్పులు వెదకాలని చూస్తాడు. నిజాయితీ లేనివాడు యితరులు అసత్యవాదులంటాడు.

5. ఊహాగానం (Fantasy formation) :

పగటి కలల్లో జరిగేది వూహాగానమే. పగటికలలు యువకులు యెక్కువగా కంటారు. వాస్తవిక జీవితంలో పొందని తృప్తి వీళ్ళు వూహాలోకంలో పొందుతారు. వాస్తవిక పరిస్థితులతో మన సంబంధం కొంచెం సడలినప్పుడు పగటికలలు కంటాము. మనకు అనుకూలంగాలేని పరిస్థితుల బారినుండి ఆ విధంగా తప్పించుకుంటాము. పగటికలలకు అనేక రకాలున్నాయి. వెనక చెప్పినట్లు వీటిలో నాయకుడి విజయాన్ని సాధించే కలలు, నాయకుడు బాధలనుభవించే కలలు సామాన్యంగా వస్తాయి. ఒకడి మానసిక అవస్థ తెలుసుకునేందుకు అతని కలలు చాలా ఉపయోగపడతాయి.

మానసిక వ్యాధులలో రకాలు :

అసాధారణతను నిర్వచించటం కష్టమని తెలుసుకున్నాం. అదేవిధంగా మానసిక వ్యాధిని నిర్వచించటం గూడా కష్టం, వ్యక్తిత్వానికి సంబంధించిన అస్వస్థత వివిధ రూపాల్లో వుంటుంది. అటువంటి అస్వస్థత వున్నవాళ్ళ ప్రవర్తనలో అనేక మానసిక వికారాలు, వక్రతలు, వింతలు కనిపిస్తాయి. మానసిక అస్వస్థత అనే పదాన్ని మూడు రకాలైన దుస్థితులకు వాడుతారు. వీటిలో ప్రతిదానిలోనూ అంతర్భాగాలున్నాయి. ఒక జాతి దుస్థితులను మానసికమైన నరాల వ్యాధులు (Psycho neuroses) అంటారు. రెండవ జాతి వాటిని అవయవలోపంవల్ల సంఘటిల్లిన నరాల వ్యాధులు (Functional psychoses) అంటారు. మూడవ జాతి వాటిని శారీరకమైన నరాలవ్యాధులు (Organic psychoses) అంటారు.

పైన చెప్పిన వాటిలో మొదటివి రెండూ మానసిక కారణాలవల్ల యేర్పడతాయి. వాటిలో నరాలలో నాడీ దోషం యేమీ కనిపించదు. లోపం పూర్తిగా మానసికమైనదే. మెదడులోవుండే నరాలతోసహా నాడీ మండలం అంతా బాగా ఆరోగ్యంగానే వుంటుంది. ఐనప్పటికీ ఆ మనిషి ప్రవర్తన లోపభూయిష్టంగా వుంటుంది. దానికి కారణం పూర్తిగా మానసిక పరిస్థితే. అదీకాక

శారీరిక కారణాలవల్లగూడ మానసికదుస్థితి రావచ్చు. నాడీమండలంలో, ముఖ్యంగా మెదడులో దోషంవుంటుంది అప్పుడు మానసిక వ్యాధి లక్షణాలు యేర్పడతాయి. అల్లాంటి దుస్థితికి శారీరిక దోషాలే కారణం.

మానసికమైన నరాల వ్యాధికీ(Psycho neurosis), మానసిక వ్యాధికీ (పిచ్చి) (Psychosis) స్పష్టమైన తేడా లున్నాయి. ఈ రెండికీ మధ్యస్థంగా వుండేవి కొన్ని దుస్థితులు వున్నాయి. అందువలన ఒకొక్కప్పుడు వీటిని విడదీయటం కష్టం. కాని వీటికి కొన్ని నిర్దిష్టమైన భేదాలు న్నాయని అందరూ ఒప్పుకుంటారు. ఆ భేదాలు యీ క్రిందివి.

1. మానసిక వ్యాధిలో వ్యక్తికి తన పరిస్థితి యేమిటో యేమీ తెలియదు. తనలో యేదో దోషం వుందనికూడా అనుకోడు. పైగా యితరులు పిచ్చివాళ్ళని అనుకుంటాడు. పిచ్చాసుపత్రిలో వుండేటటువంటివాడు తాను మామూలుగా వున్నానని, హాస్పిటల్ లో పనిచేసే డాక్టర్లు, నర్సులూ పిచ్చివాళ్ళని వాదిస్తాడు. మానసికమైన నరాలవ్యాధిగ్రస్థుడు తనలో యేదో దోషంవుందని గ్రహిస్తాడు. దానిని నయం చేయించుకునేందుకు చర్యలు తీసుకుంటాడు. ఐనప్పటికీ వీళ్ళల్లోగూడా చాలామందికి యేకారణాలవల్ల అస్వస్థత వచ్చిందో అసలు దాని స్వభావమేమిటో తెలియదు. అస్వస్థత శారీరకమైన దోషంవల్ల కలిగిందనుకుంటాడు.

2. మానసిక వ్యాధిగ్రస్థుడు దిక్కు, దరి లేకుండా

వుంటాడు. ఒకొక్కప్పుడు తాను యెక్కడున్నాడో చెప్ప లేడు. సమయ మెంతైందో చెప్పలేడు. తా నెవరోగూడా గుర్తుపట్టలేక పోవచ్చు. వయస్సు, పేరు తప్పుచెపుతాడు. పిచ్చాసుపత్రిలో వుండేవాళ్ళతో కొంచెముసేపు మాట్లా డితే యీసంగతి బాగా తెలుస్తుంది. కాలాన్ని, స్థలాన్ని గురించి వాళ్ళభావం ఒకొక్కప్పుడు విపరీతంగావుంటుంది. మానసికమైన నరాలవ్యాధిగ్రస్తుడు అలాంటి అయోమయా వస్థలో వుండడు. తానెక్కడున్నాడో, కాలం యెంతైందో తానెవరో యివి అతనికి తెలిసేవుంటాయి. కాని వీళ్ళలో తీవ్రమైన హిస్టీరియా వ్యాధిగ్రస్థులకుమాత్రం ఆ జ్ఞానం వుండకపోవచ్చు.

3. మానసిక వ్యాధిగ్రస్తుడు యితరులతో మెలగటం చాలా విచిత్రంగా వుంటుంది. అనేక వింతలు కనిపిస్తాయి. అతడు యేర్పరచుకునే సంబంధాలు సాధారణంగా వుండవు. బయటప్రపంచంతో సంబంధం తగ్గిపోవటంచేత అలా ప్రవ రిస్తాడు. అతడు పరిసరాలను సాధారణంగా అర్థంచేసుకో లేడు. మానసికమైన నరాల వ్యాధిగ్రస్తుని ప్రవర్తనలో యిలాంటి వింతలుండవు. అతనికి నిజపరిస్థితులతో సంబం ధాలు మామూలుగానే సాధారణంగానే వుంటాయి.

4. మానసిక వ్యాధిగ్రస్థుని ఆలోచన, జ్ఞప్తి చాలా వక్రంగా వుంటాయి. మానసికమైన నరాల వ్యాధిగ్రస్తు

నిలో అలాంటి లోపాలేవీ వుండవు. ఆ ప్రక్రియలు మామూలుగానే జరుగుతూనే వుంటాయి. మానసికవ్యాధి లక్షణాలలో భ్రమలు, విభ్రమలుకూడా వుంటాయి. కొన్ని మానసిక వ్యాధులలో భ్రమలు యెక్కువగా వుండవచ్చు. మరి కొన్నిట్లో విభ్రమలు యెక్కువగా వుండవచ్చు. మానసికమైన నరాలవ్యాధికి యీ క్రిందిలక్షణాలుంటాయి.

మానసికమైన నరాలవ్యాధులు: (Psycho neuroses)

దీనిలో అనేకరకాలున్నాయి. అవి యీ క్రిందివి.

1. నరాల బలహీనత (Neurasthenia); 2. వ్యాకులంతోకూడిన నరాలవ్యాధి (anxiety neurosis); 3. వెర్రి భయాలు (Phobias); 4. వెర్రితలపులు (Obsessions) నిర్బంధకృత్యాలు [Compulsions]; 5. అపస్మారకవ్యాధి (Hysteria)

నరాల బలహీనత (Neurasthenia):

ఇది అన్నిటికంటే సామాన్యంగావచ్చే మానసిక దుస్థితి. దీంట్లో నరాలసంబంధమైన అలసట ఎక్కువగా వుంటుంది. ఈ అలసట పెద్ద శారీరకశ్రమవల్ల యేర్పడింది కాదు. ఇది మామూలు అలసటలాగా ఎంత విశ్రాంతి యిచ్చినా పోదు. ఒక రాత్రిఅంతా విశ్రాంతి తీసుకున్నా మర్నాడు అలసట క్రితంరోజున వున్నట్లుగానే వుంటుంది.

దీనిలో యెప్పుడూ తలనొప్పి, శరీరంలో అనేకచోట్ల నొప్పులు వుంటాయి. అన్నం అరక్కపోవటం, మలబద్ధకంకూడా వుండవచ్చు. నిద్రరాకపోవటంగూడా దీనికి ఒక లక్షణం. ఈ వ్యాధిగ్రస్తులందరూ తాము ప్రపంచంలో అందరికంటె నికృష్టులమని అనుకుంటూరు. వాళ్ళకి తేలికగా కోపంవస్తుంది. తేలికగా కృంగిపోతారు. భౌతికపరిసరాలలో యేమాత్రం మార్పువచ్చినా వాళ్ళు వ్యాకులపడతారు. ఈ వ్యాధిగ్రస్తుడు ఎప్పుడూ తననుగురించే ఆలోచించుకుంటూఉండే (Introvert) తరగతి వ్యక్తులకు చెందివుంటాడు.

ఈ వ్యాధి సాధారణంగా ఆకాంక్షలకు, సామర్థ్యానికీ వుండే వ్యత్యాసంవల్ల వస్తుంది. ఓటమివల్ల గాఢమైన న్యూనతాభావం, అశక్తత యేర్పడవచ్చు. గెలవాలనే ఆకాంక్షకూ, ఓటమి భావానికీ మధ్య సంఘర్షణవుంది. ఈ సంఘర్షణ వున్నప్పుడు వ్యక్తి తాను తన దృష్టిలోనూ, యితరులదృష్టిలోనూ విఫలుడు కాగూడదని తాపత్రయ పడతాడు. ఓడిపోతాననే భయం, తద్వారా యితరుల యెదుట తక్కువైపోతాననే భయంవల్ల కొంతమంది ప్రయత్నమే విరమిస్తారు. పైన చెప్పిన శారీరక లక్షణాలన్నీ కార్యవిరమణను సమర్థించటానికి వుపయోగపడతాయి.

2. వ్యాకులతవల్ల కలిగే నరాలవ్యాధి(Anxiety neurosis):

వ్యాకులత ఒకరకమైన భీతి. మామూలుభయంలో భయాన్నికలిగించే వస్తువేదో తెలుసు. ఈ నరాలవ్యాధికి

సంబంధమైన వ్యాకులతకు బాహ్యప్రేరేపణ యేమీవుండదు. భయం అవ్యక్తంగా వుంటుంది. ఒక్కొక్కప్పుడు ఒక వస్తువును చూసి వ్యక్తి భయపడవచ్చు. కాని నిజంగా దాంట్లో భయాన్ని కలిగించేది యేమీ వుండదు. ఆర్థికంగా వ్యక్తి బాగానే వుంటాడు. ఆరోగ్యం బాగావుంటుంది. సాంసారిక పరిస్థితులు బాగానే వుంటాయి. ఉద్యోగం నిలకడగా వుంటుంది. అలాంటివ్యక్తి తన ఉద్యోగాన్నిగూర్చి వ్యాకులత పడితే ఆ భావం సాధారణమైనది కాదు. ఈ వ్యాధి వచ్చిన వాళ్ళు బాహ్యపరిస్థితులలో తనకు ప్రతికూలమైనది ఏమీ లేకపోయినా యెప్పుడూ అదుర్దాపడుతూవుంటారు. పరిశీలిస్తే వీళ్ళ అదుర్దాకు ప్రేరేపణ ఆంతరంగికమైనదని తెలుస్తుంది. అనేక కారణాలవల్ల వాళ్ళలో ఆంతరంగికమైన చిక్కులూ, సంఘర్షణలూ ఏర్పడతాయి. వాటిని వాళ్ళు ఎదుర్కొనలేరు.

ఈ దుస్థితి వున్నవాళ్ళకు కొన్ని ప్రత్యేకలక్షణాలుంటాయి. వాటిని 'వ్యాకులత తుల్యములు' (Anxiety equivalents) అంటారు. వాటిలో సామాన్యంగావచ్చేవి యీ క్రిందివి: హృద్రోగములు, నరముల బలహీనతవలన తల తిరగటం, అధికంగా చెమర్చటం, చెవిలో ధ్వని వినబడటం, నత్తి మొదలైనవి. ఈ లక్షణాలు శారీరికమైనవిగా కనిపిస్తాయి. రోగికూడా యీ లక్షణాల శారీరిక ప్రకటనకు అనుచితమైన ప్రాధాన్యమిస్తాడు. కాని యీ లక్ష

ణాలు శారీరిక దోషాలవల్ల యేర్పడవు. నత్తి ఆంతరంగికంగా వుండే వ్యాకులతవల్ల యేర్పడుతుంది. లైంగిక అశక్తతకూడా యిలాంటి వ్యాకులతవల్ల యేర్పడవచ్చు.

3. వెర్రిభయాలు: (Phobias)

మామూలు భయానికీ దీనికీ అనేక తేడాలున్నాయి. మీరు పామునిచూస్తే తప్పక భయపడతారు. వెంటనే యేదైనా చేయాలని చూస్తారు. అక్కడనుంచి పారిపోతారు. లేకపోతే దాన్ని చంపటానికి ప్రయత్నంచేస్తారు. కాని మీరు పుస్తకంలో పాము అనేపదం చూసినప్పుడు భయం వేసినా, నల్లబల్లమీద పాముబొమ్మనిచూస్తే భయంవేసినా అది అసాధారణ భయం అవుతుంది. దానినే వెర్రిభయం అంటారు. ఇది ఒక దుస్థితి. తగినంత ప్రేరణలేకుండా కలుగుతుంది. వీటికి మరొక లక్షణంవుంది. వెర్రిభయం కలిగితే వ్యక్తి పూర్తిగా వివశుడైపోతాడు. స్వాధీనం తప్పిపోతాడు.

వెర్రిభయాలు అనేకరకాలు. కొంతమందికి నీళ్ళంటే అమితమైన అర్థంలేని భయం (Hydrophobia). మరికొంత మందికి మూయబడ్డ గదులవంటి ప్రదేశాలంటే భయం (Clanstro phobia). అలాంటివ్యక్తి క్లాసులో సరిగానే కూచుంటాడు. వుపన్యాసం వింటాడు. కాని యే కారణం చేతనైనా తలుపులు మూయబడితే అతనికి భయంపట్టుకుంటుంది. వాడిలో అపరిమితమైన సంచలనం కలుగుతుంది.

బయటకు పారిపోతాడు. అలాగే కొంతమందికి ఖాళీస్థలం అంటే భయం. మరికొంతమందికి నెత్తురంటే భయం. మరి కొందరికి జనసమర్ధమంటే భయం. బాల్యదశలో తీవ్రంగా భయాన్ని కలిగించే సంఘటనజరిగి ఆ అనుభూతి అణగగొట్ట బడితే యిలాంటి వెర్రిభయా లేర్పడతాయంటారు. చిన్న తనంలో భయాన్ని కలిగించేఅనుభవాలు వుండటమేకాకుండా అలాంటివ్యక్తులకు అస్థిరమైన వ్యక్తిత్వం వుంటుందని పరిశీలనవల్ల తెలిసింది.

4. వెర్రితలపులు, నిర్బంధకృత్యాలు : (Obsessions & compulsions)

ఈ రెంటికీ అనేక పోలిక లుండటంచేత వీటిని ఒకే జాతిలో చేరుస్తాం. వెర్రితలపు అంటే తడవతడవకూ వచ్చే ఒకే భావం. అది నిర్హేతుకమని, అర్థంలేనిదని వ్యక్తికి తెలుసు. కాని అది వాడి అదుపులో వుండదు. ఒక పరిమితిలో యీ లక్షణం మామూలు మనుష్యులలోకూడా వుంటుంది. ఒక్కొక్కప్పుడు ఒకరికి ఒక పాట యెప్పుడూ మనస్సులో మెదులుతూ వుంటుంది. కాని యిది అసాధారణంగా వుంటే ఆ వ్యక్తికి యితరవ్యాపకాలుండవు. అతని సమర్థతకుకూడా భంగం కలగవచ్చు. ఒకడికి 13 సంఖ్య అంటే పిచ్చి భయం వుందనుకోండి. అతడు యెప్పుడూ

గాన్ని గురించే ఆలోచిస్తుంటాడు. యెక్కడ అంకెలు కని పించినా యీ సంఖ్య వుందో లేదో చూస్తాడు. ఎక్కడ అక్షరాలు కనిపించినా 13 వున్నాయో లేవో అని లెక్క పెడతాడు. పదమూడు అక్షరాలుగాని, మాటలుగాని వున్న వాక్యాలను విసర్జించటానికి ప్రయత్నం చేస్తాడు. ఒకనికి ఈ వెర్రితలపు వింతగొలిపే పరిస్థితుల్లో యెలా యేర్పడిందీ పరి శోధనలవల్ల తెలుసుకున్నారు. అతనితో లైంగిక సంబంధం వున్న యువతికి అలాంటి పిచ్చినమ్మకం వుండేదట. అణగ గొట్టడంచేతనే(Repression) వెర్రితలపులు యేర్పడతాయి. మరొకరకమైన నిర్బంధ ప్రేరణలున్నాయి. వీటిలో వ్యక్తికి ఒక అర్థంలేని, నిష్ప్రయోజకమైన పని మళ్ళీమళ్ళీ చేయా లని బలవంతమైన ప్రేరణవుంటుంది. ఇక్కడగూడా ప్రేరకం వ్యక్తి అధీనంలో వుండదు. నిర్బంధకృత్యాలు అనేక రకాలు. అవి చిన్నచిన్న చేష్టలు, కంపనలు కావచ్చు, లేక పోతే సాధారణమైన కార్యక్రమాలకు సంబంధించిన విస్తృత మైన కర్మకాండ కావచ్చు. ఒకవ్యక్తి పడుకోబోయేముందు మంచంచుట్టూ మూడు నాలుగుసార్లు తిరిగి, మంచంక్రింద యేముందో చూసి, దిండుని రెండు మూడుసార్లు అటూ యిటూ తిప్పి, చప్పట్లుకొట్టి పక్కమీద పడుకునేవాడుట. కొంతమందికి తాము చెప్పిందిగాని, చేసిందిగాని తప్పో, రైటోనని అడుగడుగునా అనుమానాలు వస్తూవుంటాయి.

నిర్బంధకృత్యాలకుగూడ అణగగొట్టబడ్డ పూర్వ అను వాలే కారణం.

5. అపస్మారక వ్యాధి: (Hysteria)

నరాలబలహీనత (Neurasthenia) తరువాత హిస్టీరియా చాలా సామాన్యంగా వచ్చేజబ్బు. దీనిలో అనేక రకాలు ఉన్నాయి. మామూలు మూర్ఛ, అపస్మారం మొదలుకొని బహువ్యక్తిత్వ సంకీర్ణస్థితివరకూ ఇది బహు రూపాల్లో బయల్పడవచ్చు. మానసిక విఘటనం (Psychological dissociation) హిస్టీరియాకు లక్షణం. ఈ వ్యాధి గ్రస్తుడి వ్యక్తిత్వం అసంబద్ధంగా వుంటుంది. అతడి ప్రవర్తన అసంగతంగా వుంటుంది. అపస్మారకవ్యాధిలక్షణాలు మానసిక విఘటనను బహిర్గతం చేస్తాయి. ఈ వ్యాధి మూర్ఛలరూపంలోగూడా రావచ్చు. హిస్టీరియా రోగులు వ్యాధివచ్చినప్పుడు జరిగిన సంఘటనలన్నీ మరచిపోతారు. హిస్టీరియా మరొక సామాన్యరూపంలో వస్తుంది. అది అవశత్వాపస్మారం (Conversion Hysteria). ఈ వ్యాధిలో శరీరంలో యేదోభాగం చచ్చుపడిపోతుంది. భౌతికంగా ఆ అవయవం ఆరోగ్యంగా మామూలుగానే వుంటుంది. ఐనప్పటికీ దానికి పనిచేసే సామర్థ్యం పోతుంది. ఈ విధంగా పక్షవాతంవచ్చి చెయ్యో, కాలో పడిపోవచ్చు. గ్రుడ్డితనం కూడా రావచ్చు.

హిస్టీరియా రోగులు చాలా స్వార్థపరులనీ, చంచలమైన భావోద్వేగాలు కలవారనీ, తేలిగ్గా యితరులకు వశం అవుతారని కనుక్కున్నారు. ఈ పైన చెప్పినవి హిస్టీరియా వ్యాధిగ్రస్తుల ముఖ్యలక్షణాలు. నిద్రలో నడవటంగూడా హిస్టీరియా వ్యాధిలక్షణం. రోగికి యీ వ్యాధి యితరుల దృష్టి తనవైపు త్రిప్పుకునేందుకు, వాళ్ళ సానుభూతి పొందేందుకు ఒక సాధనం కావచ్చు. వీళ్ళకు బాల్యజీవితంలో కొన్ని అనుభవాలవల్ల వుద్వేగాలకు సంబంధించిన భద్రతా రాహిత్యం యేర్పడుతుందని కనుక్కున్నారు.

మానసిక వ్యాధులు (Psychoses):

వీటినే సామాన్యంగా పిచ్చిఅంటారు. వీటిని మూడు రకాలుగా విభజించవచ్చు. అవి 'స్కిజోఫ్రీనియా (Schizophrenia), అత్యుద్వేగస్థితులు (Manic depressive states), పెరోనియా (Paronia).

స్కిజోఫ్రీనియా (Schizophrenia):

ఈ పదాన్ని ఒకజాతికి చెందిన మానసిక వ్యాధులకు వాడతారు. వాటన్నిటికీ కొన్ని ముఖ్యమైన లక్షణాలున్నాయి. పూర్వం దీనినే మనస్సును కోల్పోవటం(Dementia praecox) అనేవాళ్ళు. మానసికవ్యాధులలో 'స్కిజోఫ్రీనియా' చాలా సామాన్యంగా వచ్చేది. దీనిలో రోగికి ఒకవిధమైన

ఉదాసీనత వుంటుంది. బాహ్య వాతావరణంతో ప్రమేయం లేకుండా వుంటాడు. అతను గదిలో ఒకమూల గంటల తరబడి, వారాలతరబడి, నెలలతరబడి, యేళ్ళతరబడైనా స్తబ్దుగా కూర్చుంటాడు. ఎవరైనా అతన్ని పలకరిస్తే, ఒక్కసారి అతనివైపుచూస్తే చూస్తాడు. లేకపోతేదూరంగా వుండే వస్తువులవంక చూస్తూకూర్చుంటాడు. తన చుట్టుపట్ల వాళ్ళసంగతి తనకు పట్టనేపట్టదు. వీటిలో ఒకరకంవ్యాధిలో రోగి హింసాకృతమైన కృత్యాలు చేయవచ్చు. మరి కొన్నిట్లో పరిసరాలపట్ల వ్యక్తికి పూర్తిగా ఉదాసీనత యేర్పడుతుంది. అతనెప్పుడూ ఒకేతీరులో ముడుచుకుపోయి కూర్చుంటాడు. లేకుంటే పడుకుంటాడు. అతనిచేత యేపనైనా చేయించటం అసంభవం. మరొకరకమైన స్కిజో ఫ్రీనియా వ్యాధిలో రోగి అర్థంలేకుండా అసంగతంగా, అదేపనిగా మాట్లాడుతాడు. ఈ రోగుల్లో మానసిక క్షీణత క్రమేపి యేర్పడుతుంది. కొంతమందికి శ్రవణసంబంధమైనవి, మరికొందరికి దృష్టిసంబంధమైనవి విభ్రమలు యెక్కువగా కలుగుతాయి. ఈరోగి పూర్తిగా మరో ప్రపంచంలో వుంటాడు. అదే యీ వ్యాధిలో ముఖ్య లక్షణం.

అధిక సంతోషం, అధిక విచారం ఒకదానితరువాత మరొకటి కలిగేమానసికదుస్థితులు: (Manic depressive states)

వీటిని అధికవుద్వేగ ప్రకోపనంవల్ల యేర్పడిన మాన

్యాధులు అంటారు. ఇక్కడ రోగికి అధికమైనవుత్సాహ ంటుంది. లేకపోతే పూర్తిగా క్రుంగిపోతాడు. ఈ రెండు కులూ ఒకదానితరువాత ఒకటి యేర్పడుతూ వుంటాయి. ఈ రెండు వ్యాధులలోగూడా మనిషి జ్ఞానాన్ని సంపాదించే పక్రియలు, వుద్వేగాలు, చలనక్రియలు అన్నీ సమానంగా భగ్నమౌతాయి. అధికోత్సాహస్థితిలో (Manic stage) రోగి పిచ్చివుత్సాహం చూపుతాడు. అతిచురుగ్గా వుంటాడు. తెగ అరుస్తాడు. ఆ స్థితి కొన్ని నిమిషా లుంటుంది. తరు వాత క్రమంగా మామూలు మనిషి అవుతాడు. వెంటనే విచారస్థితి ప్రారంభమవుతుంది. అతని కార్యకలాపాలు క్రమంగా తగ్గిపోతాయి. పూర్తిగా ఉదాసీనత యేర్పడు తుంది. ఎప్పుడు దుఃఖపడాలో, ఎప్పుడు సంతోషపడాలో అతనికి తెలియదు. ఈ క్రుంగిపోయినదశలో పూర్తిగా సమాధిలోకి పోవచ్చు. మళ్ళీ వెంటనే కదలిక రావచ్చు. ఈ పరిణామాలు వ్యక్తికీ వ్యక్తికీ మారుతాయి. బాల్యంలో సక్రమమైన వుద్వేగశిక్షణ లేకపోతే వ్యక్తులకు యీ వ్యాధి వస్తుందని తెలుసుకున్నారు.

పెరోనియా (Peronia):

ఇది చాలా అరుదు. నిజమైన పెరోనియాలో రోగికి మానసిక విచ్ఛిన్నత వుండదు. వాళ్ళకి క్రమబద్ధంగావుండే భ్రమలుంటాయి. ఇతరవిషయాల్లో వీళ్ళు మామూలు

మనుష్యుల్లాగానే వుంటారు. అనేక విషయాలలో సా
ణంగా వుండటంచేత యీ వ్యాధిగ్రస్తులలో యెక్కువమ
పిచ్చాసుపత్రికి పోరు. కాని ఒక్కొక్కప్పుడు వాళ్ళుచాల
ప్రమాదకరులుగా తయారవుతారు. ఇలాంటి భ్రమలవల్ల
దేశాన్ని యుద్ధంలోకి దింపి సర్వనాశనంచేసిన నాయకులు
వున్నారు. ఈ వ్యాధి చాలా తెలివైనవాళ్ళకి వస్తుంది
పరిశీలనవలన తెలిసింది.

ఈ వ్యాధిలో వచ్చే భ్రమలు రెండురకాలు.

1. పీడించే భ్రమలు (Delusions of persecution)

2. వైభవపు భ్రమలు (Delusions of grandeur)

మొదటిరకం భ్రమలో రోగి ప్రపంచమంతా తన మీద కత్తికట్టిందని నిజంగా నమ్ముతాడు. ఇతరులు యేపని చేసినా అవి తనను బాధించేందుకే అని అనుకుంటాడు. అందువల్ల కొంతమంది రోగులు పీడింపబడటం తమ నొసట వ్రాసివున్న ఖర్మ అని వూరుకుంటారు. మరికొంతమంది రోగులు తమని యెవరు పీడిస్తున్నారని వూహిస్తారో వాళ్ళ మీద యెదురుతిరుగుతారు. వీళ్ళకు దెబ్బతిన్న క్రూరజంతువు కున్నంత పిచ్చికోపం వుంటుంది. వీళ్ళు ఒక్కొక్కప్పుడు ప్రతీకారంకోసం చాలా తెలివిగా పన్నుగడ పన్నుతారు.

రెండవరకం భ్రమలలో రోగి తానొక సంఘ

...ర్తో, జాతీయనాయకుడో లేకుంటే మతప్రవక్తో అను ...టాడు. వీళ్ళుకూడా ఒకొక్కప్పుడు సమాజానికి ...మాదకారులు కావచ్చు. వాళ్ళకి యెలాగో తాము ...దాత్తమైనవాళ్ళ మనేభావం కలుగుతుంది. ఈ వాంఛ మానసిక లైంగిక (psycho sexual) పరిణామంలో వచ్చే ...చిక్కులవల్ల సంఘర్షణలవల్ల యేర్పడుతుందని చాలామంది మానసికవైద్యుల అభిప్రాయం. ఈ వ్యాధిని నయంచేయటం చాలకష్టం.

శారీరిక కారణాలవల్ల కలిగే మానసికవ్యాధులు: (Organic Psychoses)

ఇవి ప్రత్యక్షంగా భౌతిక కారణాలవల్ల యేర్పడ తాయి. కొంతమందిలో రక్తనాళాలలోవుండే లోపాలవల్ల మెదడుకు సరిగ్గా రక్తం సరఫరాకాదు. అందువల్ల మెదడు మామూలుగా పనిచేయటం మానేస్తుంది. తత్ఫలితంగా పిచ్చిలక్షణాలేర్పడతాయి. ఒకొక్కప్పుడు మెదడులో కొంతభాగానికి అంటు సోకటంవల్లగూడా యీ వ్యాధి రావచ్చు. ఇక్కడగూడ మానసిక దుస్థితి యేర్పడుతుంది. అలాగే కొన్ని మందులవల్ల, అధికంగా తప్పత్రాగటంవల్ల యీ దుస్థితి యేర్పడవచ్చు. లక్షణాలేమైన, వీటన్నిటినీ శారీరిక కారణాలచే వచ్చిన మానసికవ్యాధులు అంటారు.

చికిత్సాపద్ధతులు:

నరాలకుసంబంధించిన మానసిక వ్యాధులయొక్క, మానసికవ్యాధులయొక్క చికిత్సాపద్ధతులను వివరంగా చెప్పటానికి యిక్కడ వీలులేదు. కొన్ని పద్ధతులను మాత్రమే ప్రస్తావిస్తాం. వాటిల్లో ముఖ్యమైనది మానసిక విశ్లేషణ(Psycho analysis). నరాల సంబంధమైన మానసిక వ్యాధులకు అనేకరకాల మానసిక చికిత్సలున్నాయి. మానసికచికిత్సలో పూర్తిగా వ్యాధికిమూలమైన మానసికఅంశాలను తెలుసుకోవాలి. మానసికవ్యాధులలో చాలావాటికి, మానసిక చికిత్సకుతోడు శారీరక వైద్యంగూడా అవసరం. మానసికవ్యాధి చికిత్సకులు (Psychiatrists) శరీర చికిత్సలోకూడా తర్ఫీదు పొందటమేకాకుండా మానసిక వ్యాధులను నిర్ణయించటంలోనూ, నయంచేయటంలోనూ ప్రత్యేకనిపుణత గలవారు. చికిత్సలో వివిధమైన పరీక్షలవల్ల వ్యాధి నిర్ణయించి, దాని పరిణామం తెలుసుకోవచ్చు. ఇప్పుడు మనశ్శాస్త్రవేత్తలు వివిధములైన మానసిక చికిత్సలను కనిపెట్టారు. కొన్ని రకాల చికిత్సలలో వైద్యుడు రోగికి స్వాతంత్ర్యాన్నిచ్చి తన సమస్యలను తానే పరిష్కరించుకునేటట్లు చేస్తాడు. మరికొన్నిట్లో వైద్యుడు రోగిలో మానసిక పరిణామాలు తీసుకురావటానికి బాగాచురుకుగా కృషిచేయవలసివుంటుంది. ఈ చికిత్సలన్నిట్లో వైద్యుడికీ, రోగికీ మధ్య సద్భావం

ండాలి. రోగికి వైద్యునిపట్ల విశ్వాసం వుండాలి. వృత్తి చికిత్స (Occupational therapy), కనికట్టు చికిత్స (Hypnotic suggestion) సాధనాలుకూడా వుపయోగిస్తారు. మరొకరకమైన చికిత్సలో రోగి తనకు ఆంతరంగికంగా బాధ కలిగించేవిషయాలను, సంఘర్షణలను, సామూహిక కార్య కలాపాలద్వారా వెలిబుచ్చి ఉపశాంతి పొందుతారు. ఇప్పుడు పిల్లలకు యెక్కువగా క్రీడాకలాపాలనుగూడ ఒక చికిత్సా పద్ధతిగా వుపయోగిస్తున్నారు. ఈ చికిత్సలన్నిటికీ ఒకటే లక్ష్యంవుంది. రోగి తన పరిస్థితిని అర్థంచేసుకుని, తృప్తికరమైన సర్దుబాట్లు చేసుకుని సుఖశాంతులతో జీవించాలి.



ప్రభుత్వముల
దక్షిణ భాషా
హకారమున ప్రకటితము

KNOW YOUR MIND

by Dr. G. D. BOAZ

Price: Rs 1-95

మానవుని మనస్సుకన్న మహనీయ రహస్యం మరొకటి లేదని విజ్ఞుల సూక్తి. అట్టి మనస్తత్త్వ విజ్ఞానమును గురించి చిరకాలంగా పరిశోధనలు సాగిస్తున్న విజ్ఞానులు బహురహస్యాలను గ్రహించి, నిరూపించి సిద్ధాంతాలు చేశారు. మానవుల సుఖతర జీవనానికి ఉపకరించే అట్టి రహస్యాలను భారత మనస్తత్త్వశాస్త్రవేత్తలలో అగ్రగణ్యులు డాక్టర్ జి. డి. బోవాజ్ సామాన్య పాఠకులకు సుబోధకంగా వివరించారు - ఈ గ్రంథంలో. ఆయన రచించిన ఆంగ్ల గ్రంథానికి మనశ్శాస్త్ర పరిశోధకుడు
శ్రీ శీతేపల్లి చంద్రశేఖరశర్మ చేసిన సరళ,
సమర్థానువాద మిది.

ఆదర్శ గ్రంథమండలి,
వి జ య వా డ.

Wrapper Printed at
Swatantra Art Printers,
Vijayawada-4.

198